

「みんな安心」

介護保険・高齢者福祉 ガイド



釧路市 福祉部

(令和8年4月版)

問い合わせ先一覧

《 釧路市役所 》 ☎0154-23-5151 (代表)

問い合わせ内容	問い合わせ先	場 所
<input type="radio"/> 介護保険料について <input type="radio"/> 介護保険被保険者証について <input type="radio"/> 地域密着型サービスについて	<input type="radio"/> 介護高齢課 介護保険係 ☎31-4598(直通)	防災庁舎3階
<input type="radio"/> 要介護認定について	<input type="radio"/> 介護高齢課 介護認定係 ☎31-4597(直通)	
<input type="radio"/> 介護保険のサービス内容について <input type="radio"/> 利用者負担の軽減について	<input type="radio"/> 介護高齢課 介護給付係 ☎31-4553(直通)	
<input type="radio"/> 介護予防・日常生活支援総合事業について <input type="radio"/> 地域包括支援センターについて <input type="radio"/> 高齢者虐待防止について	<input type="radio"/> 介護高齢課 高齢福祉係 ☎23-5185(直通)	
<input type="radio"/> 介護保険以外の高齢者福祉サービスについて <input type="radio"/> 養護老人ホームについて <input type="radio"/> 生活支援ハウスについて <input type="radio"/> 老人クラブの活動について <input type="radio"/> 敬老慶祝事業について <input type="radio"/> 老人福祉センター・憩の家等について	<input type="radio"/> 介護高齢課 高齢福祉係 ☎31-4539(直通)	
<input type="radio"/> 避難行動要支援者避難支援事業について	<input type="radio"/> 社会援護課 福祉政策担当 ☎31-4536(直通)	本庁舎1階
<input type="radio"/> 障害者手帳について <input type="radio"/> 障がい者のサービスについて	<input type="radio"/> 障がい福祉課 障がい福祉係 ☎31-4537(直通)	防災庁舎3階
<input type="radio"/> 高齢者の医療費給付・助成について	<input type="radio"/> 医療年金課 医療給付係 ☎31-4526(直通)	防災庁舎2階
<input type="radio"/> 税金の控除について ・ 医療費控除 ・ 障害者控除	<input type="radio"/> 市民税課 市民税係 ☎31-4514(直通)	本庁舎1階
<input type="radio"/> 郵便等による不在者投票の対象者について	<input type="radio"/> 釧路市選挙管理委員会 ☎23-5151(代表) 内線 5321	本庁舎4階

《阿寒町行政センター》 ☎0154-66-2121 (代表)

- ・ 保健福祉課 ☎0154-66-2120
- ・ 地域包括支援センター ☎0154-66-1234

《音別町行政センター》 ☎01547-6-2231 (代表)

- ・ 保健福祉課 ☎01547-9-5151
- ・ 地域包括支援センター ☎01547-9-5252

もくじ

第1編 介護保険のあらまし

	ページ
介護保険制度はみんなで支え合う制度です	1
介護保険の財源	1
地域支援事業の財源	2
第1号被保険者（65歳以上の方）の保険料	3
第2号被保険者（40歳以上65歳未満の方）の保険料	6
介護保険被保険者証について	7
要介護（要支援）認定の申請ができる方	8
地域包括支援センターについて	9
要介護（要支援）認定を受けるための手続き	11
介護保険サービスを利用するときは	13
サービスを利用した時の費用	15
・利用者負担の軽減制度	17
特定入所者介護サービス費の支給	17
社会福祉法人等及び民間等サービス利用者負担軽減	19
その他の利用者負担軽減措置	19
・介護サービス費用の自己負担が高額になるとき	20
・支給限度額を超えてショートステイを利用しなくてはならないとき	20
・医療と介護の負担を合算して高額になったとき	21
介護保険で利用できるサービス	
・居宅サービス	22
・地域密着型サービス	27
・施設サービス	32
サービス利用の契約について	33
サービス利用に関わる苦情・相談について	34
介護予防・日常生活支援総合事業	35
介護予防・日常生活支援総合事業で利用できるサービス	36
介護予防に取り組みましょう	38
一般介護予防事業	39

第2編 高齢者福祉のあらまし

高齢者福祉サービス

1) ご高齢の方への支援

・寝たきり高齢者等移送サービス	42
・高齢者等緊急通報システム設置事業	43
・食の自立支援事業	43
・単身高齢者等除雪事業	44
・軽度生活援助事業	44
・単身高齢者声かけ運動事業	45
・外国人高齢者・障害者福祉給付金支給事業	45
・高齢者住宅等安心確保事業	45
・生活管理指導短期宿泊事業	46
・ふれあい収集	46

	ページ
2) ご家族の方への支援	
・家族介護用品支給事業	46
・家族介護教室	47
・家族介護者交流事業	47
・行方不明高齢者等早期発見システム事業	47
・認知症高齢者家族やすらぎ支援事業	47
・釧路市SOSネットワーク事前登録事業	47
3) 認知症高齢者を支える活動	
・認知症高齢者地域サポート事業	48
4) 福祉施設入所サービス	
・養護老人ホーム	48
・生活支援ハウス	49
・軽費老人ホーム（ケアハウス）	49
高齢者の生きがい・健康づくりのサービス	
1) 老人クラブ活動などへの支援	50
2) 生きがい推進事業	51
3) 老人福祉センター・憩の家など一覧	52
高齢者優待施設一覧	53
避難行動要支援者について	54
SOSネットワーク	55
高齢者地域安心ネットワーク	56
釧路市認知症初期集中支援チーム	57
認知症を正しく知りましょう	58
日常生活自立支援事業と成年後見制度	
・日常生活自立支援事業	60
・成年後見制度	60
消費者被害に遭わないために	62
障がいのある方に関する支援など	
1) 障害福祉サービスとは	63
2) 障害福祉サービスの対象者	63
3) 介護保険サービスと障害福祉サービス等の適用関係	63
4) みんなでつくる釧路市バリアフリーマップ	64
高齢者虐待を未然に防ぎましょう	65
高齢者と医療費	
・後期高齢者医療制度による給付	68
・重度心身障がい者医療助成	68
・医療費が高額になったら（高額療養費）	69
・医療と介護の両方を合わせた負担額が高額になったら	69
税金の控除について	
・医療費控除	70
・障害者控除	72
・その他の控除	72
郵便などによる不在者投票の対象者	73

第1編 介護保険のあらまし



介護保険制度はみんなで支え合う制度です

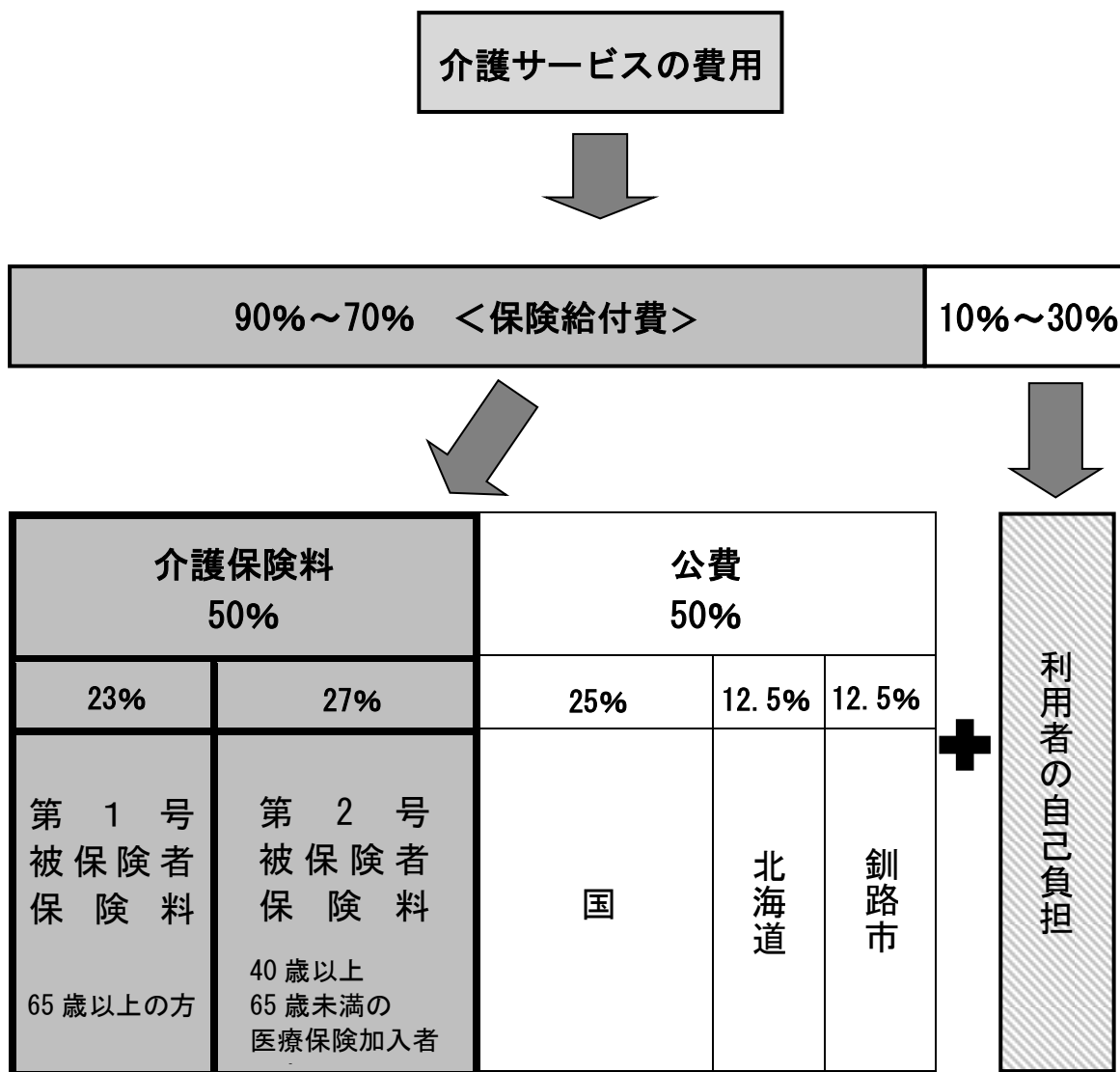
わが国は、4人に1人以上が65歳以上の高齢者となっております。

釧路市でも高齢化が進み、65歳以上の人口は、全人口の3分の1を超えています。それに伴い、認知症や病気などで介護が必要となる方がさらに増えることが予測され、誰もがいつかは介護が必要となる可能性があります。

介護保険は、40歳以上の方がそれぞれ保険料を負担し、介護が必要となる方やその家族を社会全体で支え合うことで、自立した生活を支援し、家族の介護負担を軽減することを目的とした助け合い、支え合いの制度です。

介護保険の財源

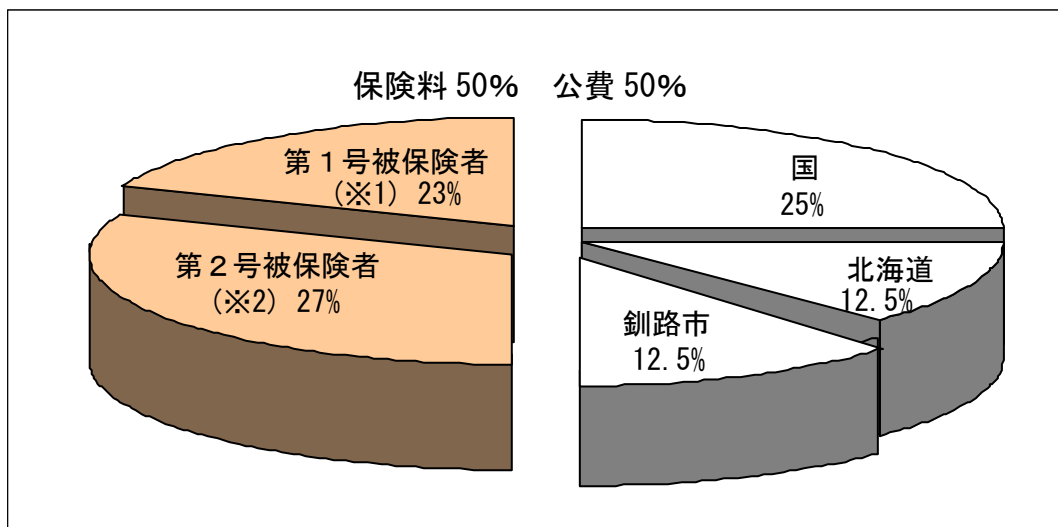
介護保険の各種サービスに係る費用のうち1割～3割の自己負担を除く、9割～7割の保険給付費は、半分を公費(税金)、残り半分を第1号被保険者および第2号被保険者のみなさんから納めていただいた介護保険料でまかなっており、原則、下図の財源構成(負担割合)となります。



注) 施設サービス(32ページ参照)の公費(50%)の内訳については、
国 20% 北海道 17.5% 釧路市 12.5% となります。

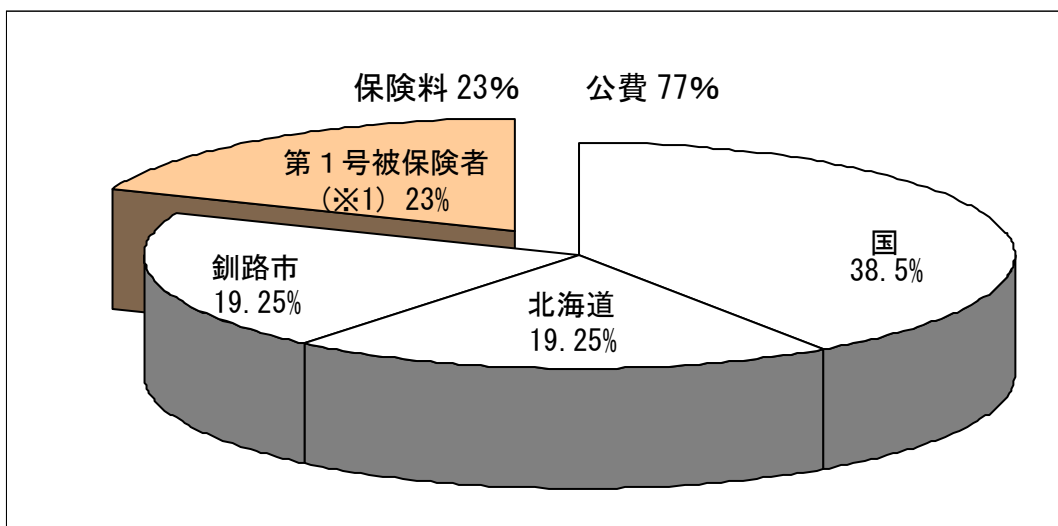
地域支援事業の財源

1) 介護予防・日常生活支援総合事業 (事業内容 35 ページ～)



2) 包括的支援事業・任意事業 (事業内容 42 ページ～)

《任意事業》 食の自立支援事業、単身高齢者声かけ運動事業、家族介護教室
高齢者住宅安心確保事業、家族介護用品支給事業、家族介護者交流事業
行方不明高齢者等早期発見システム事業、認知症高齢者やすらぎ支援事業
認知症高齢者地域サポート事業、福祉用具住宅改修支援事業
成年後見制度利用支援事業、介護給付等費用適正化事業



※1 第1号被保険者 ⇒65歳以上の方

※2 第2号被保険者 ⇒40歳以上65歳未満の医療保険加入者

みなさんが納める介護保険料は、公費とともに大切な財源です。
必要になったときに、安心して利用するため介護保険料の納付に
ご協力ください。

第1号被保険者(65歳以上の方)の保険料

本人または世帯の市民税の課税状況、本人の所得や課税年金収入に応じて14段階に区分しています。

介護保険料段階		年間保険料
世帯全員が市民税非課税の場合		
第1段階 (基準額×0.285)	生活保護または老齢福祉年金受給者の方および、前年の算定用基準額(注1)と課税年金収入額(注2)の合計が82.65万円(注3)以下の方	18,912円
第2段階 (基準額×0.485)	前年の算定用基準額(注1)と課税年金収入額(注2)の合計が	82.65万円(注3)を超えて 120万円以下の方
第3段階 (基準額×0.685)		120万円を超える方
本人が市民税非課税、同世帯に市民税課税者または市民税みなし課税者(注4)がいる場合		
第4段階 (基準額×0.9)	前年の算定用基準額(注1)と課税年金収入額(注2)の合計が	82.65万円(注3)以下の方
第5段階 基準額		82.65万円(注3)を超える方
本人が市民税課税または市民税みなし課税者(注4)の場合		
第6段階 (基準額×1.2)	前年の算定用基準額(注1)が	125万円未満の方
第7段階 (基準額×1.3)		125万円以上 210万円未満の方
第8段階 (基準額×1.5)		210万円以上 320万円未満の方
第9段階 (基準額×1.75)		320万円以上 420万円未満の方
第10段階 (基準額×1.9)		420万円以上 520万円未満の方
第11段階 (基準額×2.1)		520万円以上 620万円未満の方
第12段階 (基準額×2.3)		620万円以上 720万円未満の方
第13段階 (基準額×2.4)		720万円以上 1,000万円未満の方
第14段階 (基準額×2.5)		1,000万円以上の方

◆ 納めていただく年間保険料額は、10円未満を切り捨てた額となります。

(注1)「算定用基準額」：合計所得金額のことであり、収入金額から必要経費等(所得金額調整控除含む)に相当する金額を控除した金額のことであり、株式譲渡所得等の繰越控除がある場合は、繰越控除適用前の金額、土地や建物の長・短期譲渡所得等がある場合は、特別控除適用後の金額が含まれます。

ただし、第1～5段階の判定で用いる場合は、公的年金にかかる雑所得を除きます。

なお、令和8年度に限り、令和7年度税制改正前の給与所得控除額を用いて、算定用基準額を算定します。

(注2)「課税年金収入額」：老齢基礎年金等の収入額。障害年金や遺族年金は税法上、非課税扱いのためここには含まれません。

(注3) 令和8年4月から国の基準額の見直しにより、80.9万円から82.65万円に変更となりました。

(注4)「みなし課税者」：令和8年度に限り、令和7年度税制改正による影響を遮断するため、市民税非課税者においても、市民税課税者とみなして保険料を算定する場合があります。

◆ **介護保険料は「介護保険事業計画」をもとに3年ごとに定められます。**

介護保険制度を円滑に実施するため、サービス費用の見込み額などを定める「介護保険事業計画」は3年ごとに見直しが行われ、この計画が保険料算定の基礎となります。

第9期計画期間(令和6~8年度)については、要介護者の増に伴いサービス供給量が増える見込みであるものの、これまでの保険料剰余分などを積み立てた介護給付費準備基金から繰り入れたことなどにより、第8期計画期間(令和3~5年度)に比べて基準保険料(第5段階)は減となりました。

◆ **保険料のお知らせ時期について**

保険料は前年の所得や市民税の課税状況、4月1日時点の世帯状況などをもとに算定し、6月中旬頃「介護保険料額決定通知書」により通知します。(※ただし、6月以降3月までに65歳になるなど資格を取得された場合は、おおむね翌月に通知します。)

保険料の納め方

保険料の納め方は、年金からあらかじめ徴収する「特別徴収」と納付書等により納めていただく「普通徴収」があります。(特別徴収と普通徴収との「併用徴収」になる場合もあります。)

なお、どちらの納め方になるかは、法令に定められた基準により決定されるため、選択することはできません。

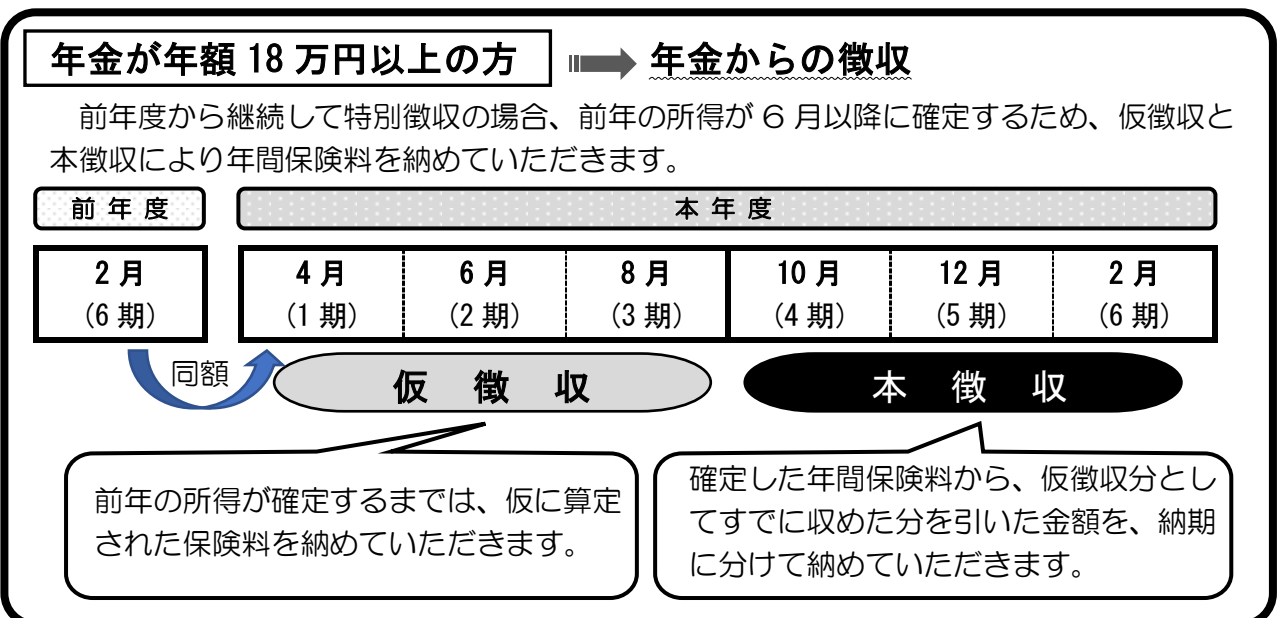
特別徴収(年金からの徴収)

受給している年金(老齢基礎年金、障害年金、遺族年金など)の1つあたりの年額が18万円(月額1万5千円)以上の方は、保険料があらかじめ年金から徴収されます。(特別徴収)

また、対象となる年金が2つ以上あるときは、そのなかに①**老齢基礎年金**が含まれる場合は老齢基礎年金から、②**老齢基礎年金**が含まれない場合は政令で定める年金から、特別徴収が行われます。

なお、年金が年額18万円以上でも、①年度途中で65歳になったとき②年度途中で保険料額や年金額が変更になったとき③年度途中で他の市町村から転入したとき④年金が一時差し止めになったときなどについては、一時的に納付書(払込取扱票)で納めていただく場合があります。

※特別徴収の場合、年間保険料を6期(年金支給月)に分けて納めていただきます。



普通徴収(納付書等)

老齢基礎年金などを受けていない方、年金1つあたりの年額が18万円(月額1万5千円)未満の方、年度(4月から翌年3月まで)の途中で65歳になられた方、または市外から転入されて間もない方などは、市から送付される納付書(払込取扱票)により保険料を市に直接納めていただきます。

※ 普通徴収の場合、釧路市では年間保険料を10期(6月～3月)に分けて納めていただきます。

例：第5段階(基準額)の方									
第1期	第2期	第3期	第4期	第5期	第6期	第7期	第8期	第9期	第10期
6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月	2月	3月
6,690円	6,630円	6,630円	6,630円	6,630円	6,630円	6,630円	6,630円	6,630円	6,630円
年間保険料を均等に10回に分け、端数は第1期(6月)に加算									

普通徴収の納付には便利で安全な「口座振替」をおすすめします

申込手続きに必要なもの

- ① 預金通帳と通帳にご使用の印鑑
- ② 納付義務者の方の印鑑(本人以外の場合)
- ③ 納付書(払込取扱票)
- ④ 口座振替依頼書(金融機関などにあります)

手続きの方法

⇒ ①～③を持参の上、金融機関(※1)又は
ゆうちょ銀行(郵便局)へ

(※1) 釧路市内に本店または支店のある金融機関に限りませんが、
通帳の発行店舗は釧路市内の店舗でなくても結構です。

※なお、口座振替開始は、手続きをいただいた翌月末からとなります。

○ 納入済額のお知らせ

納めていただいた保険料は、所得税や市民税の社会保険料控除の対象になります。

- **口座振替の方** ⇒ 1年間(1月～12月)に納めていただいた保険料の金額を改めて翌年1月に市役所納税課よりお知らせします。
 - **特別徴収(年金からの徴収)の方** ⇒ 1年間(1月～12月)に納めていただいた保険料の金額を記載した公的年金などの源泉徴収票が、翌年1月に日本年金機構より送付されます。
 - **障害年金や遺族年金からの特別徴収となっている方** ⇒ 上記の源泉徴収票は発行されません。
- ※ 納入済額に関するお問い合わせは、市役所介護高齢課介護保険係までご連絡ください。

○ 転出・死亡された場合の保険料

転出・死亡により資格喪失した月の前月分までの保険料を納めていただきます。保険料は月割で再計算し、納めていただく保険料がある場合は、市から送付される納付書(払込取扱票)で納めていただき、納めすぎの場合は還付します。

○ 保険料の減免

災害など特別な事情により納付が困難な場合は、申請により審査を行い、保険料の徴収猶予や減免を受けられる場合がありますので、介護高齢課介護保険係までお問い合わせください。

○ 保険料の滞納があった場合

長期にわたり滞納した場合、介護サービスの利用料の全額をいったん支払う償還払い化(支払い方法の変更)や利用料の全額自己負担(給付の一時差止)、また将来サービスを受けるときに利用者負担が引き上げられる場合があります。

第2号被保険者(40歳以上65歳未満の方)の保険料

※ 医療保険ごとに保険料を徴収します。

40歳以上65歳未満の方の保険料は、加入している医療保険の保険料に介護保険料を上積みして納めていただいております。加入している医療保険者によって保険料が異なります。

○ 国民健康保険に加入されている方

保険料は、世帯中の第2号被保険者の所得や人数に応じて異なり、世帯主が負担します。

○ 健康保険・共済組合に加入されている方

保険料は、被保険者の標準報酬と各健康保険での介護保険料率により決まります。被扶養者の分の保険料は、加入している医療保険の第2号被保険者が皆で負担します。

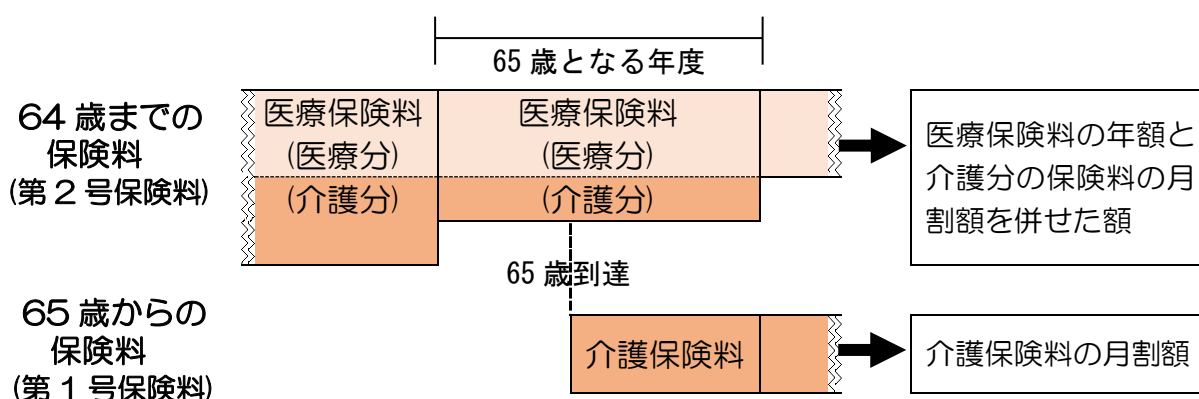
年度途中で65歳になる方の場合

64歳までの介護分の保険料(第2号保険料)は、誕生日の前月(1日が誕生日の方は前々月)までの分を月割で計算して、医療保険の保険料と併せて納めていただきます。

また、65歳からの介護保険料(第1号保険料)は、誕生月(1日が誕生日の方は前月)から月割で計算し、介護高齢課介護保険係から送付される納付書(払込取扱票)によって納めていただきます。

このような計算方法となっていますので、医療保険と介護保険で介護保険料を重複して算定することはありません。

年度の途中で65歳となる方の保険料



介護保険被保険者証について

- 65歳以上の方(第1号被保険者)は全員に介護保険被保険者証が交付されます。
- 40歳以上65歳未満の方(第2号被保険者)は、要介護認定の申請を行った方に交付されます。(結果「非該当」の方も含まれます。)

介護保険被保険者証は、要介護認定を申請するときや、介護サービスを利用するときなどに必要となります。大切に保管し紛失しないようにしましょう。

○ **こんな時は14日以内に届出をしてください。**

- ・氏名が変わったとき
- ・他の市町村へ転出したとき
- ・被保険者が亡くなったとき
- ・40歳から64歳までの方(第2号被保険者)で介護保険被保険者証を交付されている方が生活保護を受け、医療保険を脱退したとき

《 介護保険被保険者証 》

(一)		(二)		(三)		
介護保険被保険者証		要介護状態区分等		給付制限	内 容	期 間
被 保 険 者	番 号	認 定 年 月 日 (又は、基本チェック リスト実施日)			開始年月日	終了年月日
	住 所	認 定 の 有 効 期 間			開始年月日	終了年月日
	フリガナ	居 宅 サ ー ビ ス 等	区 分 支 給 限 度 基 準 額		開始年月日	終了年月日
	氏 名	1月当たり				
生年月日	性 別 男・女	サービスの種類	種類支給限度基準額	居宅介護支援 事業者若しくは 介護予防支援 事業者及びその 事業所の名称 又は地域包括 支援センター の名称	届出年月日	
交付年月日		種類支給限度基準額			届出年月日	
保険者番号 並びに保険 者の名称及 び印	北海道釧路市黒金町7丁目5番地 釧路市 0154-23-5151	認定審査会 の意見及び サービスの 種類の指定		種類	入所等年月日	
				名称	退所等年月日	
				種類	入所等年月日	
				名称	退所等年月日	

○ **紛失や破損した時は再交付の申請をしてください。**

再交付の申請は、窓口及び郵送による申請の他、マイナポータルによる電子申請が可能です。
 窓口及び郵送による申請の場合は、介護保険被保険者証・負担割合証等再交付申請書、本人確認ができるもの、代理権確認書類(代理申請の場合)をご用意してください。
 申請書は釧路市ホームページ(<https://www.city.kushiro.lg.jp/>)からダウンロードできます。
 電子申請の場合は、パソコンやスマートフォンでマイナポータル(<https://myna.go.jp/>)にログインし、電子申請に必要なものをご確認のうえ申請してください。

詳細につきましては、介護高齢課介護保険係(☎0154-31-4598)にお問い合わせください。

要介護(要支援)認定の申請ができる方

○ 65歳以上の方(第1号被保険者)の場合

要介護または要支援の状態にある方は、全員が対象になります。

申請をする際、介護保険被保険者証と個人番号確認書類をご持参ください。

○ 40歳以上 65歳未満の方(第2号被保険者)の場合

加齢にともない生じた病気(特定疾病)が原因で、要介護または要支援の状態になった方が対象になります(特定疾病以外の若年障がい者で介護が必要な方は、障がい者サービスが利用できます)。

※ 申請をする際、医療保険情報確認書類と個人番号確認書類をご持参ください。

《 特定疾病 》	
① 筋萎縮性側索硬化症	⑩ 脳血管疾患
② 後縦靭帯骨化症	⑪ パーキンソン病関連疾患
③ 骨折を伴う骨粗鬆症	⑫ 閉塞性動脈硬化症
④ 多系統萎縮症	⑬ 関節リウマチ
⑤ 初老期における認知症	⑭ 慢性閉塞性肺疾患
⑥ 脊髄小脳変性症	⑮ 両側の膝関節又は股関節に著しい変形を伴う変形性関節症
⑦ 脊柱管狭窄症	⑯ がん(医師が一般に認められている医学的知見に基づき回復の見込みがない状態に至ったと判断したものに限る)
⑧ 早老症	
⑨ 糖尿病性神経障害、糖尿病性腎症及び糖尿病性網膜症	

◆ 要介護(要支援)認定の申請方法

- 釧路市役所、阿寒町行政センター(阿寒湖温泉支所を含む)、音別町福祉保健センター窓口での申請
※ 鳥取支所での申請は行えないのでご注意ください。
- 居宅介護支援事業所、地域包括支援センターなどでの代行申請
- マイナポータルを利用した電子申請(オンライン手続き)

詳細につきましては、介護高齢課介護認定係(☎0154-31-4597)にお問い合わせください。

交通事故などの第三者による行為が原因で要介護認定の申請をする場合

交通事故などの第三者による行為が原因となって傷病などを負い、要介護認定を受け、サービスを利用するときは、届け出が必要ですので、必ず市にご連絡ください。

この場合、介護保険サービスにかかる費用は第三者(加害者)が負担するのが原則となります。

また、市に連絡をする前に示談をしてしまうと、加害者に対し市が介護にかかる費用を請求できなくなり、保険給付を行えなくなるおそれがありますので、示談の前に必ず介護高齢課介護給付係(☎0154-31-4553)にご連絡ください。

地域包括支援センターについて

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう、介護サービスをはじめ、保健・福祉・医療・健康など生活に関わるさまざまな相談に応じ、高齢者の生活を総合的に支えるための地域の中核機関として、市内7ヶ所に設置されています。

地域包括支援センターには、保健師等・社会福祉士等・主任ケアマネジャーの3つの専門職が配置され、それぞれの専門性を生かし、連携を取りながら支援します。

要支援1、要支援2と認定された方の介護予防ケアプランなどを作成するほか、高齢者や介護をされているご家族の方、ケアマネジャーの相談に応じます。

お住まいの地区を担当する地域包括支援センターをお気軽にご利用ください。

成年後見制度や高齢者虐待などの相談を受け、必要な支援につなぎます。

総合相談・支援、権利擁護

下記の職員の他、地域のネットワークづくりや認知症支援体制づくりなどを支援する、地域支援コーディネーター・認知症地域支援推進員・生活支援コーディネーターが、各地域包括支援センターに配置されています。



社会福祉士等

要介護状態にある方に適切な支援が行われるようケアマネジャーを支援します。

ケアマネジャーの支援

ケアプランを作成し、各自の目標とする生活ができるよう支援します。

介護予防ケアマネジメント



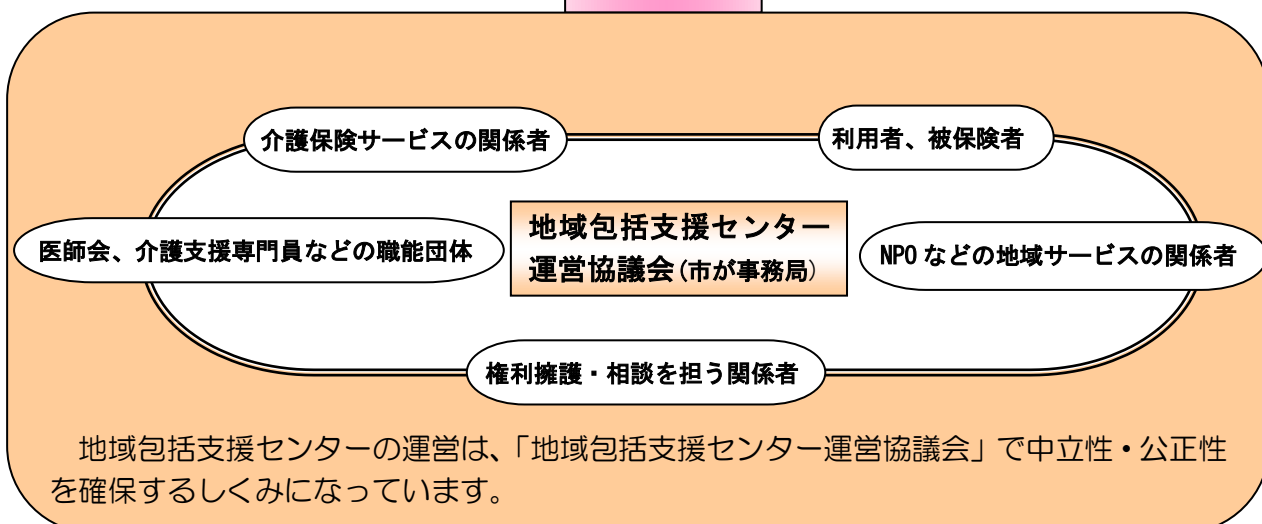
主任ケアマネジャー

チームで
対応します



保健師等

支援・評価



こんな時、
ご相談ください

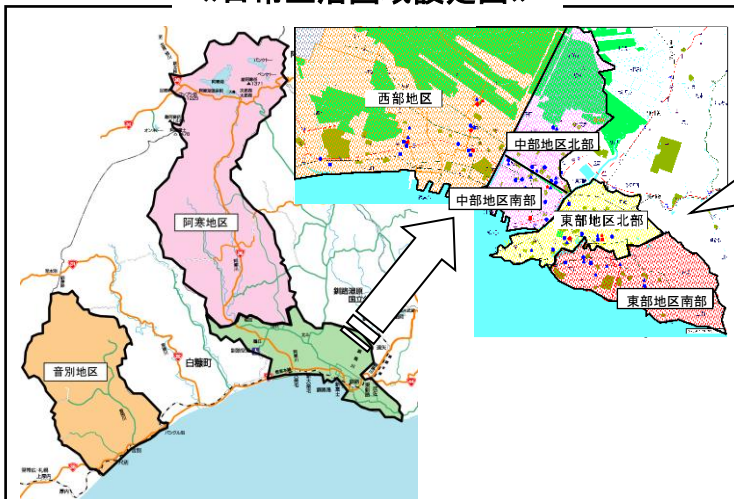
- ・足腰が弱まり、日常生活に支障が出始めそうなとき
- ・認知症のような症状で日常生活に支障があるとき
- ・介護の仕方がわからないとき
- ・介護のことでどこに相談してよいかわからないとき
- ・介護が大変で仕事との両立に困っているとき
- ・消費者被害の高齢者を見つけたとき
- ・虐待されているような高齢者を見つけたとき など

釧路市では日常生活圏域を7圏域に設定し、各圏域に1ヶ所ずつ設置しています。

《 地域包括支援センター 》

名 称	住 所 ・ 電 話 番 号	担 当 地 区
西部地域包括支援センター	釧路市昭和 190-4462 老健くしろ内 (TEL : 0154-55-2666)	鳥取、大楽毛地区(昭和、 鶴野などを含む)
中部北地域包括支援センター	釧路市文苑 4-65-2 ふみその東陽ビル I (1F) (TEL : 0154-36-1233)	愛国地区(美原、芦野、 文苑などを含む)
中部南地域包括支援センター	釧路市堀川町 8-43 (TEL : 0154-24-1102)	鉄北、橋北地区
東部北地域包括支援センター	釧路市鶴ヶ岱 1-10-46 (TEL : 0154-42-0600)	橋南地区、春採 5 丁目、 7 丁目、8 丁目の一部
東部南地域包括支援センター	釧路市春採 4-10-15 望洋ふれあい交流センター内 (TEL : 0154-42-8222)	春採地区(興津、桜ヶ岡、 白樺台、益浦などを含む)
阿寒地域包括支援センター	釧路市阿寒町中央 1-4-1 阿寒町行政センター内 (TEL : 0154-66-1234)	阿寒町全域
音別地域包括支援センター	釧路市音別町中園 2-119-1 音別町福祉保健センターほほえみ内 (TEL : 01547-9-5252)	音別町全域

《日常生活圏域設定図》



日常生活圏域の設定

釧路地区については、釧路川と新釧路川によって西部・中部・東部に分け、更に中部と東部については、南北に分割し、5つの日常生活圏域としています。阿寒地区・音別地区と合わせて、市内全体で7つの日常生活圏域を設定しています。

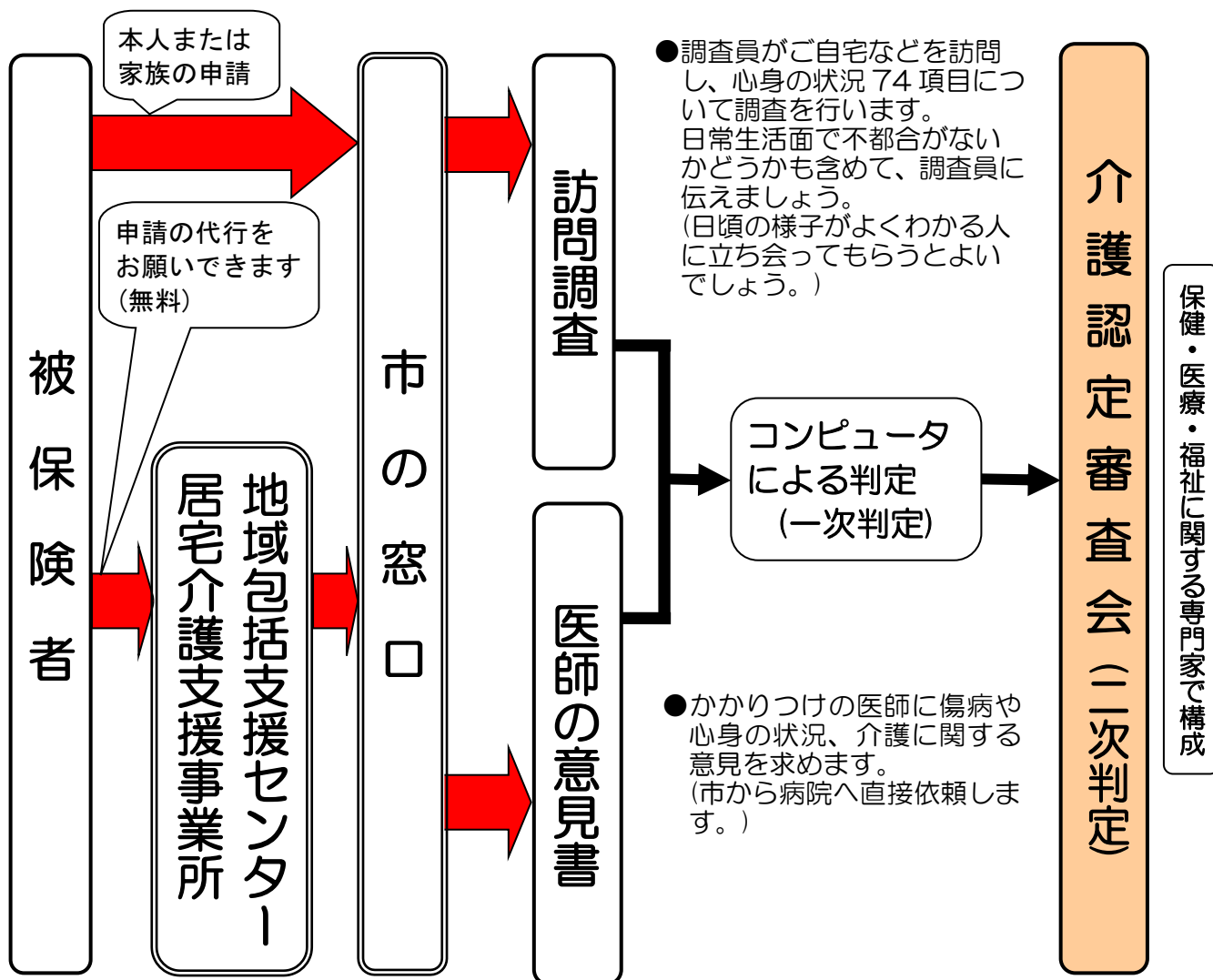
要介護(要支援)認定を受けるための手続き

要介護認定を受けるためには、「要介護認定の申請」をすることが必要です。

要介護認定は、介護保険からサービスが受けられるかどうかを確認する手続きです。

申請をすると、釧路市の調査員、あるいは釧路市から委託された居宅介護支援事業所の調査員が、心身の状態などに関する調査にうかがいます。

あわせて、かかりつけの医師に意見書を書いてもらい、これらをもとに、介護サービスが受けられるかどうか、どのくらいの介護サービスが必要か、介護の手間のかかりぐあい(要介護度)を介護認定審査会で判定します。



有効期間と効力

- 要介護認定には有効期間が定められています。

引き続き介護サービスなどを利用する場合は、有効期間が満了となる60日前から満了となる日までの間に再度申請を行わなければなりません。

- ① 新規・区分変更認定の有効期間は、原則6ヶ月ですが、介護認定審査会の意見に基づき3～12ヶ月の範囲で定めることがあります。
- ② 更新認定の有効期間は、原則12ヶ月ですが、介護認定審査会の意見に基づき、要支援認定・要介護認定ともに3～48ヶ月の範囲で定めることがあります。

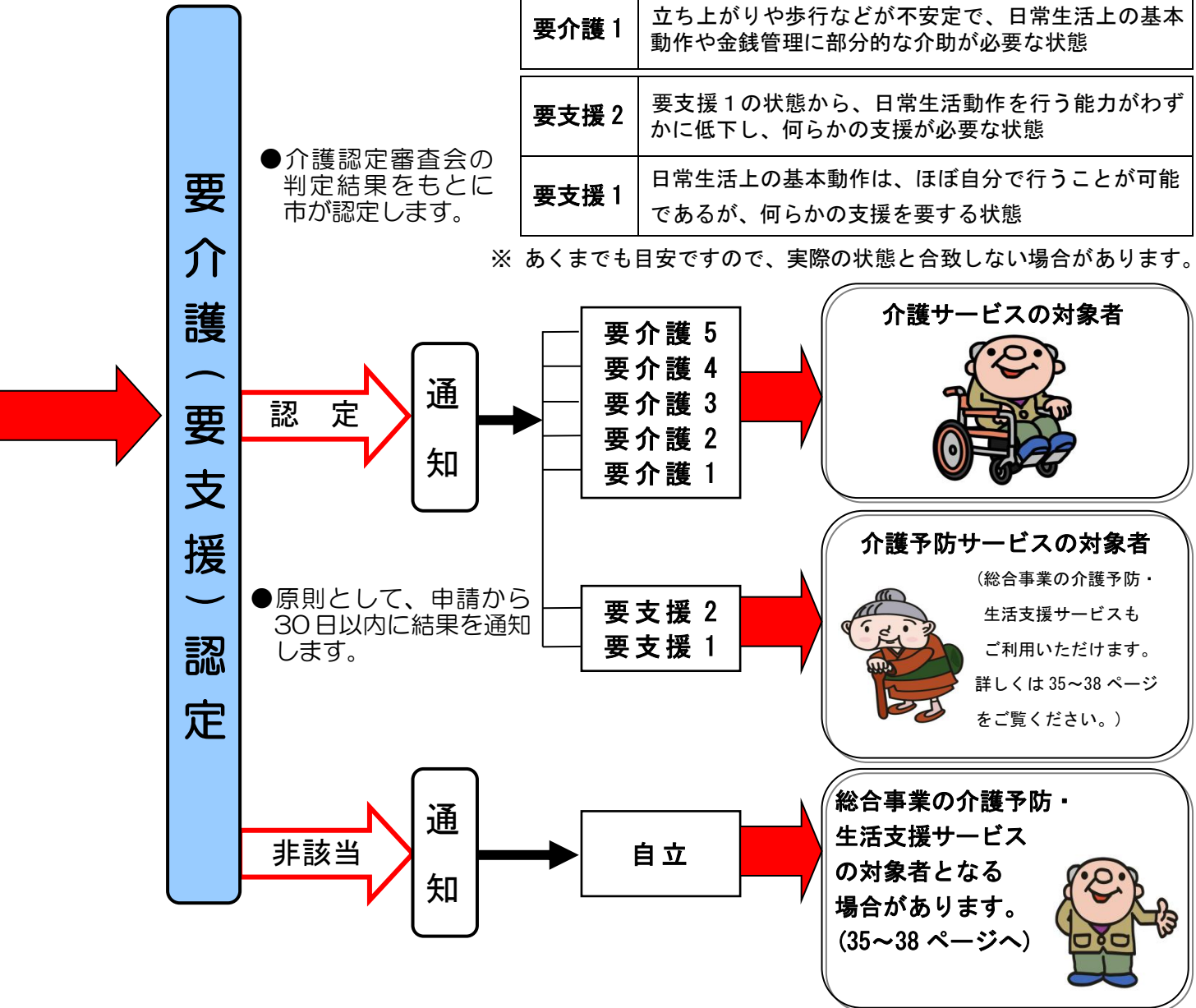
《 要介護状態区分ごとの状態像の目安 》

要介護 5	日常生活を遂行する能力が著しく低下しており、全般にわたって全面的な介助を必要とする状態
要介護 4	日常生活を遂行する能力がかなり低下しており、入浴や排泄、衣服の着脱など多くの行為で介助を必要とする状態
要介護 3	入浴や排泄、衣服の着脱など日常生活の行為のなかで、ひとりでできないことが多い。 理解力の低下、暴言・暴力などの行為がみられる状態
要介護 2	立ち上がりや歩行がひとりでできないことが多い。 要介護 1 の日常生活能力の低下に加え、理解力の低下もみられる状態
要介護 1	立ち上がりや歩行などが不安定で、日常生活上の基本動作や金銭管理に部分的な介助が必要な状態
要支援 2	要支援 1 の状態から、日常生活動作を行う能力がわずかに低下し、何らかの支援が必要な状態
要支援 1	日常生活上の基本動作は、ほぼ自分で行うことが可能であるが、何らかの支援を要する状態

要介護認定では、地域によって大きなばらつきがないよう、コンピュータによる判定をもとに、保健、医療、福祉の関係者などの専門家が全国共通の基準に照らして、訪問調査の際に聞き取ってきた事項や主治医意見書の内容をふまえて総合的な判定が行われます。

● 介護認定審査会の判定結果をもとに市が認定します。

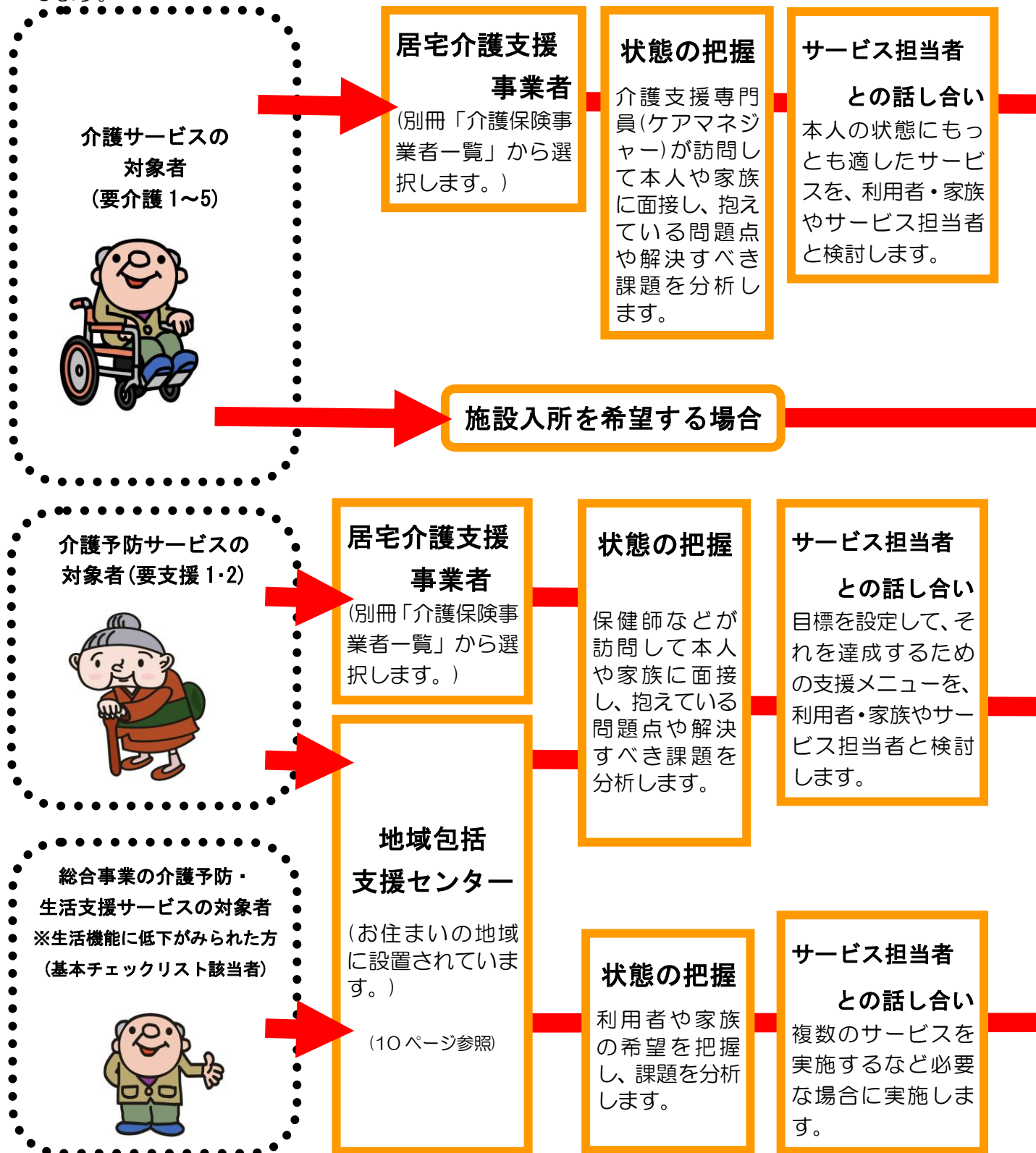
※ あくまでも目安ですので、実際の状態と合致しない場合があります。



- 新規・区分変更の認定の結果は、申請した日にさかのぼって有効となりますので、申請の日からサービスを利用することができます。ただし、負担した費用が認定を受けた介護度ごとの支給限度額を超えた場合は、超えた部分が自己負担となりますので注意してください。
※ 自立判定の場合は全額自己負担となります(総合事業を除く)。
- 認定の結果に疑問がある場合は、介護高齢課介護認定係にお問い合わせください。

介護保険サービスを利用するときは

- 要介護認定を受けた方は、居宅介護支援事業者にケアプランの作成を依頼します。
(施設サービスを利用したいときは、直接介護保険施設に入所の申し込みができます。)
- 要支援の認定を受けた方は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターまたは居宅介護支援事業者(一部を除く)にケアプランの作成を依頼します。
- 非該当の方は、お住まいの地域を担当する地域包括支援センターにケアプランの作成を依頼します。



※ ケアマネジャー(介護支援専門員)とは？

要介護者などからの相談やその心身の状況に応じ、適切なサービスを利用できるようにケアプランを作成し、市町村、サービス事業者、福祉、医療関係機関などとの連絡調整を行い、自立した日常生活を営むことができるよう必要な支援を行う専門職です。

※ ケアプラン(介護サービス計画)は自分で作成できる？

ケアプランは自分で作成することもできますが、その場合は、市へのケアプランの提出や、サービス事業者との調整などはすべて自分で行うこととなりますので、ケアマネジャーに依頼することをおすすめします。 ※ ケアプランの作成には自己負担がありません。

ケアプランの作成

利用するサービスの種類や回数を決定します。

＜要介護 4 の場合の利用例＞

	月	火	水	木	金	土	日
午前	訪問 看護	訪問 介護	通所 リハ ビリ	訪問 介護	短期入所 (ショートステイ)		
午後	訪問 介護						

※ このほかに福祉用具貸与(特殊寝台、歩行器)などを利用

居宅サービス
を利用
(22～30 ページへ)



施設サービス
を利用
(31～32 ページへ)



介護保険施設

ケアプランの作成

目標を達成するためのサービスの種類や回数を決定します。

＜要支援 2 の場合の利用例＞

	月	火	水	木	金	土	日
午前			介護 予防 通所 リハ ビリ	訪問型 サービス			
午後	介護予防 訪問看護						

※ このほかに介護予防福祉用具貸与(補助杖)などを利用

介護予防サービス
を利用
(22～30 ページへ)



総合事業の
介護予防・生活支援
サービスを利用
(35～38 ページへ)



ケアマネジメントの実施

目標を設定して利用するサービスを決定します。

サービスを利用した時の費用

◆ 利用者は、介護サービス費用の1～3割を負担します

介護保険サービスを利用した時は、かかった費用の1～3割を利用者が負担します。
残りの9～7割は介護保険から給付します。

● 65歳以上の方(第1号被保険者)の場合(詳細は下記の表のとおり)

「一定以上所得者」はサービス費用の2割または3割を負担
一定以上所得者に該当しない被保険者はサービス費用の1割を負担

第1号被保険者本人の 合計所得金額<特別控除後> 注1)	同一世帯の第1号被保険者の 年金収入+その他合計所得金額 <特別控除後> 注2)	利用者の 負担割合
220万円以上	・単身世帯で340万円以上 ・2人以上世帯で463万円以上	3割負担
160万円以上	・単身世帯で280万円以上 ・2人以上世帯で346万円以上	2割負担
	・単身世帯で280万円未満 ・2人以上世帯で346万円未満	1割負担
160万円未満		

※ 市民税非課税者・生活保護受給者は上記に関わらず1割負担となります。

注1) 合計所得金額<特別控除後>

収入金額から必要経費に相当する金額を控除した金額のことで、扶養控除や医療費控除などの所得控除をする前の金額です。なお、土地や建物の長・短期譲渡所得に係る特別控除がある場合は、合計所得金額から特別控除額を控除した額を用います。

注2) その他合計所得金額<特別控除後>

合計所得金額<特別控除後>から公的年金収入に係る雑所得を差し引いた金額です。

● 40歳以上65歳未満の方(第2号被保険者)の場合

サービス費用の1割を負担

● 介護保険負担割合証を発行します

要介護(要支援)認定を受けているみなさんに、7月中に負担割合証を発行します。

なお、世帯内の第1号被保険者の世帯員数に変更があった場合(世帯員の転出入等)や所得更正などにより、負担割合が変更になった場合は新たに負担割合証を発行します。

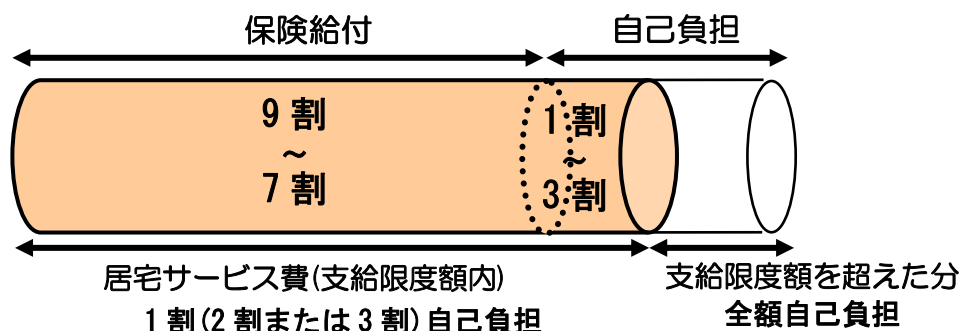
また、新しく認定を受けた方には、順次発行します。

負担割合証は、介護サービスを利用する際に、サービス事業者へ提示してください。

◆ 介護保険のサービスには、
居宅サービス(地域密着型サービスを含む)と施設サービスがあります

○ 居宅サービスを利用したときの自己負担

1ヶ月に利用できるサービスの限度額(支給限度額)が、要介護状態区分ごとに設けられており、その範囲内であれば1～3割の自己負担でサービスを利用することができます。また、限度額を超えてサービスを利用するときは、超えた部分の全額が自己負担となります。



ただし、特定施設入居者生活介護(有料老人ホームなど)、認知症対応型共同生活介護(グループホーム)に入居された場合は、支給限度額の適用はされず、要介護状態区分ごとの介護報酬額の1～3割が自己負担となります。

このほか、サービス費用以外の居住費・食費・日常生活費などは自己負担となります。

◀ 要介護状態区分ごとの支給限度額 ▶

(単位：円)

区分	支給限度額	自己負担限度額		
		1割	2割	3割
要支援1	50,320	5,032	10,064	15,096
要支援2	105,310	10,531	21,062	31,593
要介護1	167,650	16,765	33,530	50,295
要介護2	197,050	19,705	39,410	59,115
要介護3	270,480	27,048	54,096	81,144
要介護4	309,380	30,938	61,876	92,814
要介護5	362,170	36,217	72,434	108,651

※ 支給限度額には、介護予防・生活支援サービス事業(住民主体の通所サービス、短期集中予防サービスを除く)も含まれます。

○ 施設サービスを利用したときの自己負担

特別養護老人ホームや老人保健施設などの施設サービスを利用したときは、支給限度額は適用されず、要介護状態区分ごとの施設サービス費の1～3割が自己負担となるほか、居住費・食費・日常生活に必要な費用が自己負担となります。

◆ 利用者負担の軽減制度

○ 特定入所者介護サービス費の支給(介護保険施設を利用時の居住費と食費について)

介護保険施設に入所(短期入所)した場合には、介護サービス費用の自己負担分のほか、居住費(滞在費)、食費、日常生活費の全額が自己負担となりますが、居住費(滞在費)と食費については、申請により、「負担限度額認定」を受けることで、自己負担は次ページ表の負担限度額の金額となり、負担限度額を超えた分は、特定入所者介護サービス費として介護保険から施設などに支払われます。なお、令和8年8月から制度改正により、食費および居住費の負担額が変更になります。

詳細につきましては、次ページ表をご確認ください。(令和8年7月までのものと令和8年8月以降のもの2つありますので、お間違いのないようご注意ください。)

● 対象となるサービス

施設入所(特別養護老人ホーム、介護老人保健施設、介護医療院)
短期入所(短期入所生活介護、短期入所療養介護)

● 申請に必要なもの

申請書、通帳等の写し(表紙を開いて金融機関等が記載されているページと申請から2か月以内の最終残高ページ)、定期預金や有価証券などの金額が確認できるもの、個人番号確認書類、本人及び代理人の身分確認書類

● 認定されるための要件

- ① 本人及び同一世帯の方全員が市民税非課税であること
- ② 本人の配偶者(別世帯も含む)が市民税非課税であること
- ③ 預貯金など合計額については下表参照

	第2段階	第3段階①	第3段階②
65歳以上 (第1号被保険者)	単身 650万円 以下 夫婦 1,650万円 以下	単身 550万円 以下 夫婦 1,550万円 以下	単身 500万円 以下 夫婦 1,500万円 以下
65歳未満 (第2号被保険者)	単身 1,000万円 以下 夫婦 2,000万円 以下		

○ 申請については介護高齢課 介護給付係まで ☎0154-31-4553

令和8年7月まで

《居住費(滞在費)・食費の負担限度額》

(日額：円)

対象者	利用者負担段階	居住費(滞在費)						食費 ※3		
		多床室(相部屋)			従来型個室		ユニット型 個室の 多床室		ユニット型 個室	
		特養	老健 医療院 (室料あり)	老健 医療院 (室料なし)	特養	老健 医療院				
生活保護受給者	世帯全員が市民税非課税者	0			380	550	550	880	300 (300)	
高齢福祉年金受給者		第1段階	0			380	550	550	880	300 (300)
所得指標金額※1が80.9万円以下の方		第2段階	430			480	550	550	880	390 (600)
所得指標金額※1が80.9万円超120万円以下の方		第3段階①	430			880	1,370	1,370	1,370	650 (1,000)
所得指標金額※1が120万円超の方	第3段階②	430			880	1,370	1,370	1,370	1,360 (1,300)	
上記以外の方	第4段階	負担限度額なし(国が定める基準費用額は下記のとおりです)								
国が定める基準費用額		915	697	437	1,231	1,728	1,728	2,066	1,445	

令和8年8月以降

《居住費(滞在費)・食費の負担限度額》

(日額：円)

対象者	利用者負担段階	居住費(滞在費)						食費 ※3		
		多床室(相部屋)			従来型個室		ユニット型 個室の 多床室		ユニット型 個室	
		特養	老健 医療院 (室料あり)	老健 医療院 (室料なし)	特養	老健 医療院				
生活保護受給者	世帯全員が市民税非課税者	0			380	550	550	880	300 (300)	
高齢福祉年金受給者		第1段階	0			380	550	550	880	300 (300)
所得指標金額※1が82.65万円以下の方		第2段階	430			480	550	550	880	390 (600)
所得指標金額※1が82.65万円超120万円以下の方		第3段階①	430			880	1,370	1,370	1,370	680 (1,030)
所得指標金額※1が120万円超の方	第3段階②	530	530	430	980	1,470	1,470	1,470	1,420 (1,360)	
上記以外の方	第4段階	負担限度額なし(国が定める基準費用額は下記のとおりです)								
国が定める基準費用額		915	697	437	1,231	1,728	1,728	2,066	1,545	

※1 所得指標金額

年金収入額(非課税年金含む) + その他の合計所得金額(※2) - 土地や建物の長・短期譲渡所得に係る特別控除

※2 その他の合計所得金額

合計所得金額から公的年金収入に係る雑所得を差し引いた金額

※3 ()内はショートステイ利用時の金額

○ 社会福祉法人等及び民間等サービス利用者負担軽減

※ 民間等サービス利用者負担軽減は釧路市独自の軽減制度です。

生計困難と認められる者が、あらかじめ利用者負担の軽減を実施する旨を市に申し出た社会福祉法人等及び民間事業所等が提供する下記の介護保険サービスや介護予防・生活支援サービス事業の訪問型サービス(訪問介護相当)と通所型サービス(通所介護相当)を利用する場合に、介護サービス費用の自己負担の一部を軽減します。

● 対象者：市民税世帯非課税者で、下記の要件をすべて満たす方

1. 年間収入が単身世帯で150万円、世帯員が1人増えるごとに50万円を加算した額以下であること
2. 預貯金などの額が単身世帯で350万円、世帯員が1人増えるごとに100万円を加算した額以下であること
3. 日常生活に供する資産以外に活用できる資産がないこと
4. 負担能力のある親族などに扶養されていないこと
5. 介護保険料を滞納していないこと

● 軽減対象サービス

- ① 訪問介護・訪問型サービス(訪問介護相当)
- ② 通所介護・地域密着型通所介護・通所型サービス(通所介護相当)
- ③ 短期入所生活介護・介護予防短期入所生活介護
- ④ 夜間対応型訪問介護
- ⑤ 認知症対応型通所介護・介護予防認知症対応型通所介護
- ⑥ 小規模多機能型居宅介護・介護予防小規模多機能型居宅介護 ※短期利用を含む
- ⑦ 定期巡回・随時対応型訪問介護看護
- ⑧ 看護小規模多機能型居宅介護 ※短期利用を含む
- ⑨ 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)
- ⑩ 地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護(特別養護老人ホーム)

※ サービス費用の自己負担のほかに、食費・居住費(滞在費)がある場合、それらの費用の自己負担分も軽減対象となります。

※ 特定入所者介護サービス費支給対象外の方が、③、⑨、⑩のサービスを利用した際にかかる食費・居住費(滞在費)については、軽減対象外です。

● 軽減の割合

【市民税世帯非課税者】 25% (老齢福祉年金受給者は50%)

【生活保護受給者】 100% (③、⑨、⑩の個室の居住費(滞在費)のみ軽減対象)

● 申請に必要なもの

申請書兼世帯状況等申告書、通帳等の写し(表紙を開いて金融機関などが記載されているページと申請から2か月以内の最終残高ページ)、定期預金や有価証券などの金額が確認できるもの、個人番号確認書類、本人及び代理人の身分確認書類

○ 申請については介護高齢課 介護給付係まで ☎0154-31-4553

○ その他の利用者負担軽減措置

災害などにより、財産や収入が著しく減少した場合については、申請により、介護保険サービスや介護予防・生活支援サービス事業(住民等主体の通所サービス、短期集中予防サービスを除く)の費用の自己負担の減免が行われます。

◆ 介護サービス費用の自己負担が高額になるとき

同じ月に利用した介護保険、介護予防・生活支援サービス事業(住民等主体の通所サービス、短期集中予防サービスを除く)の1ヶ月の自己負担合計額(同じ世帯内に複数の利用者がある場合には世帯合計額)が高額になり、一定額(下記の利用者負担上限額)を超えたときは、申請により超えた分が「高額介護サービス費」として、後日、支給されます。支給対象となった方は案内が届きますので申請してください。

区 分		負 担 上 限 額	
生活保護受給者		15,000 円(個人)	
市民税非課税世帯	令和8年7月まで 所得指標金額 注1)が 80.9 万円以下の方または、老齢福祉年金の受給者	15,000 円(個人)	
	令和8年8月から 所得指標金額 注1)が 82.65 万円以下の方または、老齢福祉年金の受給者	24,600 円(世帯)	
	上記以外の方	24,600 円(世帯)	
市民税課税世帯	〈一般世帯〉 課税世帯で下記に該当しない方		44,400 円(世帯)
	〈現役並み所得〉 世帯内に課税所得 145 万円以上の 第 1 号被保険者(65 歳以上の方)が いる場合	課税所得が 145 万円以上 380 万円未満	44,400 円(世帯)
		課税所得が 380 万円以上 690 万円未満	93,000 円(世帯)
		課税所得が 690 万円以上	140,100 円(世帯)

注 1) 所得指標金額

課税年金収入額＋その他の合計所得金額 注2)－土地や建物の長・短期譲渡所得に係る特別控除額

注 2) その他の合計所得金額

合計所得金額から年金所得金額を差し引いた金額

● 申請に必要なもの

申請書、本人名義の通帳、個人番号確認書類、本人及び代理人の身分確認書類

○ 申請については介護高齢課 介護給付係まで ☎0154-31-4553

◆ 支給限度額を超えてショートステイを利用しなくてはならないとき

居宅サービス計画上のいかなる工夫においても、なお介護サービス費の支給限度額を超えて短期入所サービス(ショートステイ)を利用する場合で、やむを得ない理由がある時は、利用前に申請することにより、1年度を通じて8日以内を限度として、支給限度額を超える費用の保険給付分(7割～9割)を市が独自に支給します。(生活支援短期入所事業)

ケアプランを依頼している居宅介護支援事業所、または介護予防支援事業所を通じて、介護高齢課介護給付係(☎0154-31-4553)までご連絡ください。

◆ 医療と介護の負担を合算して高額になったとき

医療保険と介護保険、介護予防・生活支援サービス事業(住民等主体の通所サービス、短期集中予防サービスを除く)の自己負担額(高額療養費や高額介護サービス費の支給額を控除した額)を合算して、限度額を超えたときは、申請により超えた額が支給されます。世帯の中に同じ健康保険をお使いの方がいる場合、その方の自己負担額も合算します。

※ 支給額は、毎年8月1日から翌年7月31日までの1年分の自己負担額により計算され、7月31日時点に加入している医療保険の所得区分が適用されます。

● 70歳以上の方の限度額

所得区分		限度額
課税所得 690 万円以上		212 万円
課税所得 380 万円以上 690 万円未満		141 万円
課税所得 145 万円以上 380 万円未満		67 万円
一 般		56 万円
住民税非課税世帯	区分Ⅱ	31 万円
	区分Ⅰ	19 万円

● 70歳未満の方の限度額

所得区分		限度額
職場の医療保険：83万円以上 国保：901万円超		212万円
職場の医療保険：53万円～79万円以上 国保：600万円超 901万円以下		141万円
職場の医療保険：28万円～50万円以上 国保：210万円超 600万円以下		67万円
職場の医療保険：26万円以下 国保：210万円以下		60万円
住民税非課税世帯		34万円

※ 所得区分

職場の医療保険：標準報酬月額

国保：旧ただし書所得(総所得金額から基礎控除額(43万円)を差し引いたあとの金額)

● 申請に必要なもの

申請書、印鑑、口座が確認できるもの、個人番号確認書類、身分確認書類

● 問い合わせ先

この制度は、加入されている医療保険・介護保険にかかる制度です。

内容によりそれぞれの窓口にお問い合わせください。

なお、職場の医療保険については、お勤め先にお問い合わせください。

※ 後期高齢者医療制度に加入している方は、68ページをご覧ください。

- | | | | |
|-------------------|---------|-------|---------------|
| ○ 介護保険に関すること | 介護高齢課 | 介護給付係 | ☎0154-31-4553 |
| ○ 国民健康保険に関すること | 国民健康保険課 | 保険係 | ☎0154-31-4527 |
| ○ 後期高齢者医療制度に関すること | 医療年金課 | 医療給付係 | ☎0154-31-4526 |

介護保険で利用できるサービス

※ 以下の「自己負担額のめやす」は1割負担の場合の額であり、介護度やサービスが提供される体制などによって異なります。

◆ 居宅サービス

要介護1～5の方

要支援1・要支援2の方

訪問介護

ホームヘルパーが居宅を訪問して、入浴や排せつ、食事などを介助する身体介護や、調理や洗濯、掃除などを手助けする生活援助を受けることができます。また、通院などを目的とした乗降介助も利用することができます。



自己負担額のめやす

身体介護(30分以上1時間未満)
⇒387円
生活援助(20分以上45分未満)
⇒179円

訪問型のサービス

※ 下記の2つのサービスから選択して利用できます。

■ 訪問型サービス(訪問介護相当)

介護予防を目的として、ホームヘルパーが居宅を訪問し、利用者が自力では困難な行為について手助けをします。

■ 訪問型サービスA

訪問型サービス(訪問介護相当)と比べ、訪問スタッフやサービス内容の基準を緩和したサービスを提供します。

自己負担額のめやす (1ヶ月)

○ 訪問型サービス(訪問介護相当)

週1回程度の利用： 1,176円
週2回程度の利用： 2,349円
週2回程度以上 要支援2のみ：3,727円

○ 訪問型サービスA

週1回程度の利用： 1,058円
週2回程度の利用 要支援2のみ：2,114円

訪問入浴

介護士と看護師が家庭を訪問し、浴槽を提供しての入浴介護が受けられます。

自己負担額のめやす(1回につき)

1,266円

介護予防訪問入浴

介護予防及び心身機能の維持回復を目的として、訪問による浴槽を提供しての入浴介護が受けられます。

自己負担額のめやす(1回につき)

856円

訪問リハビリテーション

居宅で理学療法士などから日常生活の自立を助けるためのリハビリテーションが受けられます。

自己負担額のめやす(1回につき)

308円

介護予防訪問リハビリテーション

居宅で理学療法士などから日常生活の自立ができるよう、介護予防を目的としたリハビリテーションが受けられます。

自己負担額のめやす(1回につき)

298円

要介護 1～5 の方

要支援 1・要支援 2 の方

居宅療養管理指導

居宅で医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などから、療養上の管理や指導が受けられます。

自己負担額のめやす(1回につき) 医師又は歯科医師による指導 515円

介護予防居宅療養管理指導

居宅で医師、歯科医師、薬剤師、管理栄養士などから、介護予防を目的とした療養上の管理や指導が受けられます。

訪問看護

疾患などを抱えている方が居宅で、看護師などから、療養上の世話や診療の補助が受けられます。

自己負担額のめやす
30分未満の場合 471円

介護予防訪問看護

疾患などを抱えている方が居宅で、看護師などから、介護予防を目的とした療養上の世話や診療の補助が受けられます。

自己負担額のめやす
30分未満の場合 451円

※ 上記の金額は訪問看護ステーションの場合の金額です。

通所介護

通所介護施設で、食事、入浴、排せつなどの日常生活上の支援が受けられます。また、そのほかにも生活行為向上のための支援、その方の目標に合わせた選択的なサービス(個別機能訓練、栄養改善、口腔機能の向上など)が日帰りで受けられます。



自己負担額のめやす
5時間以上6時間未満の場合
570円～984円

+

(選択的サービス)

入浴介助	40円
個別機能訓練	56円
栄養改善	200円
口腔機能向上	150円

通所型のサービス

■ 通所型サービス(通所介護相当)

通所介護施設で、食事や入浴、生活行為向上のための支援、その方の目標に合わせた選択的なサービスが日帰りで受けられます。

■ 通所型サービスA

通所型サービス(通所介護相当)と比べ、内容を限定したサービスを提供します。(体操やレクリエーション、食事などを行います。入浴や機能訓練指導員によるリハビリは対象外となります。)

自己負担額のめやす(1ヶ月)

○通所型サービス(通所介護相当)

要支援1: 1,798円 要支援2: 3,621円

○通所型サービスA

週1回程度の利用: 1,618円

週2回程度の利用 要支援2のみ: 3,259円

+

(選択的サービス)(1ヶ月)

栄養改善	200円
口腔機能向上	150円
生活機能向上グループ活動	100円

※ 要支援1・2の方は、上記のサービスの他に、短期集中予防サービスと住民等主体の通所サービスも利用できます。詳しくは、36ページへ。

要介護1~5の方

要支援1・要支援2の方

通所リハビリテーション

介護老人保健施設などで、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援、その方の目標に合わせた選択的なサービス(栄養改善、口腔機能の向上など)が日帰りで受けられます。

自己負担額のみやす

6時間以上7時間未満
715円~1,290円

+

(選択的サービス)

入浴介助	40円
短期集中リハビリテーション	110円
栄養改善	200円
口腔機能向上	150円

※ 食費やおむつ代などは保険の対象となりませんので、別途自己負担となります。

介護予防通所リハビリテーション

介護老人保健施設などで、食事、入浴などの日常生活上の支援や、生活行為向上のための支援、その方の目標に合わせた選択的なサービス(運動器の機能向上、栄養改善、口腔機能の向上など)が日帰りで受けられます。

自己負担額のみやす(1ヶ月)

要支援1: 2,268円
要支援2: 4,228円

+

(選択的サービス)(1ヶ月)

栄養改善	200円
口腔機能向上	150円



福祉用具の貸与

日常生活の自立を助けるための福祉用具が借りられます。

車いす、車いす付属品、特殊寝台、特殊寝台付属品、床ずれ防止用具、体位変換器、手すり、スロープ、歩行器、歩行補助杖、認知症老人徘徊感知器、移動用リフト(本体のみ)、自動排泄処理装置(本体のみ)

※ 固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、歩行補助杖(松葉杖を除く)は福祉用具の貸与と購入を選択できます。

※ 原則として保険給付の対象とならないもの。

● 要支援1、2・要介護1の方

⇒車いす、車いす付属品、特殊寝台、特殊寝台付属品、床ずれ防止用具、体位変換器、認知症老人徘徊感知器、移動用リフト(本体のみ)

● 要支援1、2・要介護1~3の方

⇒自動排泄処理装置(尿のみを自動的に吸引する機能のものを除く)

自己負担額のみやす 実際には貸与に要した費用に応じて異なります

介護予防福祉用具の貸与

日常生活の自立を助け、生活機能の改善などを図るための福祉用具が借りられます。

福祉用具購入費の支給

入浴や排せつなどに使用する福祉用具を購入した場合、10万円(1割負担の場合は9割相当額を給付)を限度(年度内)として福祉用具購入費が支給されます。(申請が必要です)

※ 「指定福祉用具販売事業者」から購入したものに限り、保険給付の対象となります。

腰掛便器(ポータブルトイレなど)、自動排泄処理装置の交換可能部品、排泄予測支援機器、入浴補助用具(入浴用いすなど)、簡易浴槽、移動用リフトのつり具部分、スロープ、歩行器、歩行補助杖

※ 固定用スロープ、歩行器(歩行車を除く)、歩行補助杖(松葉杖を除く)は福祉用具の貸与と購入を選択できます。

住宅改修費の支給

介護予防住宅改修費の支給

手すりの取付けや段差解消などの住宅改修をした際、20万円(1割負担の場合は9割相当額を給付)を限度(1住宅につき)として住宅改修費が支給されます。

※ 工事開始前に事前申請が必要です。ケアマネジャーに確認してください。

手すりの取付け、段差の解消、滑りの防止および移動の円滑化などのための床材の変更引き戸などへの扉の取替え、洋式便器などへの便器の取替え、その他これらの工事に付帯して必要な工事

<申請の流れ>

- 1 住宅改修の相談：ケアマネジャーや改修業者に相談をします。
- 2 承認申請：理由書、見積書、平面図、改修前の写真などを添えて市に事前に申請します。
- 3 承認決定：市が承認決定し、承認決定通知書を送付します。
- 4 改修工事：工事を着工します。
- 5 支給申請：工事後に改修後の写真、本人名義の領収証を添えて市に申請します。
- 6 保険給付の支払い：市から保険給付を行います。(※)

※ 釧路市では「受領委任払い」を行っています。1割負担の場合、利用者が住宅改修費の1割分を改修業者に支払い、9割分の給付金の受領を改修業者に委任する方法です。これにより、利用者は一時的にまとまった費用を負担せずに住宅改修を行うことができます。

ただし、この方法は改修業者が市に届出をする必要があるため、改修業者にあらかじめご確認ください。



短期入所生活介護 短期入所療養介護

介護老人福祉施設や介護老人保健施設に短期間入所して、日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

自己負担額のめやす (1日)

介護老人福祉施設
603円～1,028円
介護老人保健施設
753円～1,161円

介護予防短期入所生活介護 介護予防短期入所療養介護

介護老人福祉施設や介護老人保健施設に短期間入所して、介護予防を目的とした日常生活上の支援や機能訓練などが受けられます。

自己負担額のめやす (1日)

介護老人福祉施設
451円～681円
介護老人保健施設
579円～834円

※ 送迎を利用した場合は、送迎費用として184円(片道)が加算されます。

※ 食費と滞在費は保険の対象となりませんので、別途自己負担となりますが、所得の低い方には限度額が設定され、負担が軽減されます。(詳しくは17ページへ)

要介護1～5の方

要支援1・要支援2の方

特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居し、日常生活上の支援や介護が受けられます。

自己負担額のめやす（1日）

542円～813円

介護予防特定施設入居者生活介護

有料老人ホームなどに入居し、介護予防を目的とした日常生活上の支援や介護が受けられます。

自己負担額のめやす（1日）

要支援1：183円

要支援2：313円

※ 食材料費や居室の費用は保険の対象に含まれませんので、事業者にご確認ください。

外部サービス利用型特定施設入居者生活介護

柔軟かつ効率的なサービスが提供できるよう、生活相談や介護サービス計画の作成は特定施設の職員が行いますが、介護サービスの提供は、外部の提供事業者が行います。



- ① 特定施設の職員が実施するサービス(生活相談、計画作成、安否確認)は基本サービスとして1日あたりの定額となります。
- ② 外部のサービス提供事業者から実際にサービスを受けた実績を基本サービスに加算します。
- ③ 1ヶ月の利用額には、要介護度ごとに限度額が設けられます。

基本サービスの自己負担(1日)

区分	自己負担
要支援1・2	57円
要介護1～5	84円

出来高部分の自己負担(1日)

実際に利用した回数などが基本サービス分に加算されます

基本サービス+出来高部分の合計額(一ヶ月の限度額)

区分	費用限度額	自己負担限度額 (1割負担の場合)
要支援1	50,320円	5,032円
要支援2	105,310円	10,531円
要介護1	163,550円	16,355円
要介護2	183,620円	18,362円
要介護3	204,900円	20,490円
要介護4	224,350円	22,435円
要介護5	245,330円	24,533円

◆ 地域密着型サービス

要介護者(要支援者)が可能な限り住み慣れた自宅や地域での生活を継続できるようにするために、身近な生活圏域ごとに多様で柔軟なサービスとして、地域密着型サービスが位置づけられています。

釧路市では、7つの生活圏域での地域密着型サービスの提供に向けて、サービス基盤の計画的な整備を進めています。

要介護 1～5 の方

要支援 1・要支援 2 の方

小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊まりのサービスを柔軟に組み合わせた介護サービスを受けられます。

自己負担額のめやす (1ヶ月)

9,423 円～27,209 円

介護予防小規模多機能型居宅介護

通いを中心に、利用者の選択に応じて訪問や泊まりのサービスを柔軟に組み合わせた介護予防を目的とするサービスを受けられます。

自己負担額のめやす (1ヶ月)

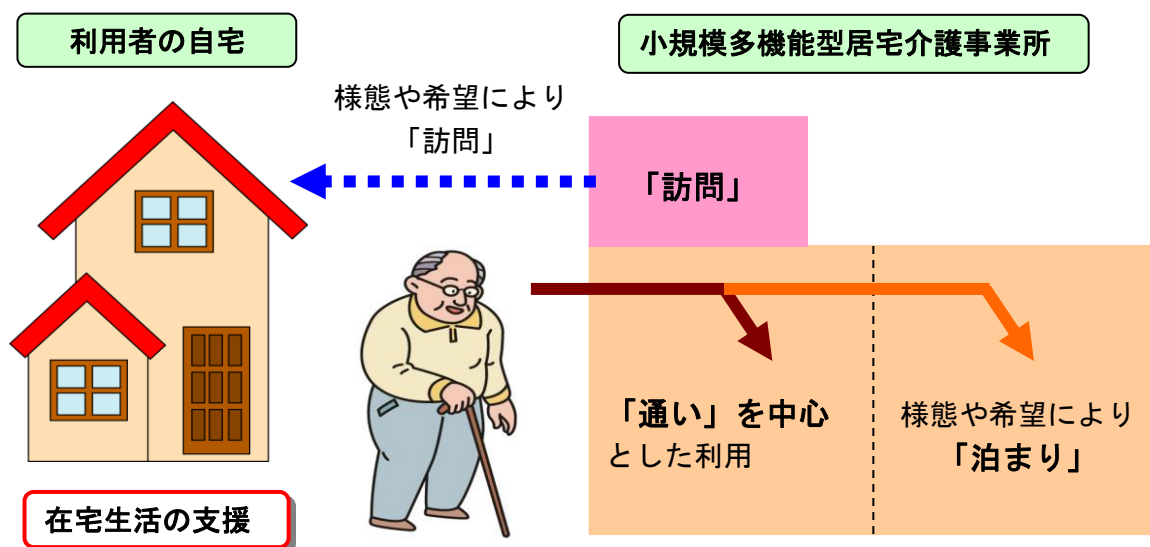
要支援 1: 3,450 円

要支援 2: 6,972 円

※ 月途中で登録または登録を解除した場合には、日割りで算定されます。

※ 小規模多機能型居宅介護、介護予防小規模多機能型居宅介護を利用している間は、訪問看護・居宅療養管理指導・訪問リハビリテーション・福祉用具貸与・福祉用具購入費・住宅改修費を除き、その他の居宅及び地域密着型サービスを利用することはできません。

サービス利用のイメージ



要介護1～5の方

複合型サービス(看護小規模多機能型居宅介護)

小規模多機能型居宅介護と訪問看護の通い・泊まり・訪問サービスを利用者の病状や選択に応じて柔軟に組み合わせたサービスを受けられます。(要支援1・2の方は、利用できません)

自己負担額のめやす(1ヶ月)

11,214円～31,408円

※ 月途中で登録または登録を解除した場合には、日割りで算定されます。

※ 複合型サービスを利用している間は、居宅療養管理指導・訪問リハビリテーション・福祉用具貸与・福祉用具購入費・住宅改修費を除き、その他の居宅及び地域密着型サービスを利用することはできません。

サービス利用のイメージ



要介護1～5の方

夜間対応型訪問介護

夜間に定期的な巡回または通報により、ホームヘルパーが居宅を訪問し、入浴・排せつ・食事などの介護などの日常生活上の世話、緊急時の対応などを行い、夜間に安心して生活をおくることが出来るように援助するものです。(要支援1・2の方は、利用できません)

自己負担額のめやす

基本サービス(1ヶ月)	989円
定期巡回サービス(1回)	372円
随時訪問サービス(1回)	567円

※ 実際に利用したサービス回数(実績)に応じて基本サービスに加算されます。

要介護1～5の方

定期巡回・随時対応型訪問介護看護

日中・夜間を通じて1日複数回の定期的な巡回または通報によりホームヘルパーや看護師などが居宅を訪問し、入浴・排せつ・食事などの介護、日常生活上の世話、緊急時の対応などを行い、安心して生活をおくることが出来るように援助するものです。(要支援1・2の方は、利用できません)

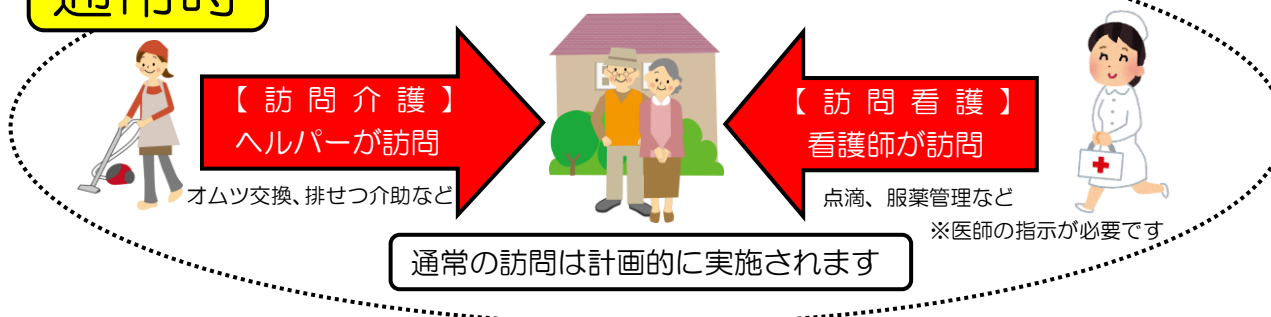
自己負担額のめやす(1ヶ月)

介護・看護利用者：7,946円～28,298円

介護のみ利用者：5,446円～24,692円

※ 通所サービスや短期入所も利用した場合には、日割りで算定されます。

通常時



緊急時



・「転んでしまった」「急に具合が悪くなった」

このような場合でも、通報により随時訪問できる体制となっているので安心です

要介護1～5の方

地域密着型通所介護

定員が18名以下の小規模な施設において、食事、入浴などの日常生活上の支援や、その方の目標に合わせたサービスを日帰りで受けられます。

○ 自己負担額のめやす

《5時間以上6時間未満の場合》
657円～1,134円

+

(選択的サービス)

入浴介助 40円

個別機能訓練 56円

栄養改善 200円

口腔機能向上 150円



※ 食費やおむつ代などは保険の対象となりませんので、別途自己負担となります。

要介護1～5の方**要支援1・要支援2の方****認知症対応型通所介護**

認知症の高齢者が、デイサービスを行う施設などに通い、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスが受けられます。

自己負担額のめやす

5時間以上6時間未満(単独型)

858円～1,225円

5時間以上6時間未満(共用型)

445円～510円

+

介護予防認知症対応型通所介護

認知症で要支援の高齢者が、デイサービスを行う施設などに通い、日常生活上の世話や機能訓練などの介護予防を目的とするサービスが受けられます。

自己負担額のめやす

5時間以上6時間未満(単独型)

要支援1: 741円

要支援2: 828円

+

(選択的サービス)

入浴介助 40円 個別機能訓練 27円 栄養改善 200円 口腔機能向上 150円

※ 上記のほかに、食費やおむつ代などは介護保険の対象となりませんので、別途自己負担となります。

要介護1～5の方**要支援2の方** ※ 要支援1の方は利用できません**認知症対応型共同生活介護**

認知症の高齢者が、共同生活をする住居で、日常生活上の世話や機能訓練などの介護サービスが受けられます。

自己負担額のめやす(1ヶ月)

22,590円～25,770円

介護予防認知症対応型共同生活介護

認知症で要支援の高齢者が、共同生活をする住居で、日常生活上の世話や機能訓練などの介護予防を目的とするサービスが受けられます。

自己負担額のめやす(1ヶ月)

22,470円～22,830円

※ 食費や家賃、管理費などは介護保険の対象となりませんので、別途自己負担となります。事業者にご確認ください。

※ 認知症対応型共同生活介護を利用している間は、その他の居宅サービス(居宅療養管理指導を除く)を利用することはできません。

要介護 1～5 の方

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護

常時介護が必要で、居宅での生活が困難な方が生活するための施設であり、医師、看護師などによる健康管理及び療養上の世話、入浴、排せつ、食事などの介護を受けながら日常生活を営むことができるように援助します。また、通常の大規模な特別養護老人ホームと違い、入所定員が 29 名以下となっているため、馴染みの関係が築き易いのが特長です。(要支援 1・2の方は、利用できません。また、新規入所は原則として要介護3以上の方となります。)

自己負担額のめやす (1ヶ月)

施設サービス費 (A)					居住費 (B)				食費 (C)			
介護 1	介護 2	介護 3	介護 4	介護 5	第 1 段階	第 2 段階	第 3 段階	第 4 段階	第 1 段階	第 2 段階	第 3 段階	第 4 段階
20,460	22,590	24,840	27,030	29,130	26,400	26,400	①41,100 ②41,100	61,980	9,000	11,700	①19,500 ②40,800	43,350
					26,400	26,400	①41,100 ②44,100	61,980	9,000	11,700	①20,400 ②42,600	46,350

- ※ 居住費(B)はユニット型個室になります。
- ※ 施設サービスの利用料は、(A)+(B)+(C)になります。
- ※ 施設サービスを利用したときは、上記の施設サービス費や居住費・食費のほか、理美容代や日常生活に必要な費用が自己負担となります。
- ※ 1ヶ月を30日として算出しています。
- ※ 施設により、実際の自己負担額と異なる場合があります。
- ※ 居住費(B)、および食費(C)の上段は令和8年7月まで、下段は令和8年8月以降の金額の目安になります。

- ※ 施設サービス費(A)にかかる1ヶ月の自己負担額が一定の額を超えた場合、高額介護サービス費が支給されます。(詳しくは20ページへ)
- ※ 社会福祉法人利用者負担軽減があります。(詳しくは19ページへ)

◆ 施設サービス

要介護 1～5 の方

※ 要支援 1・2 の方は利用できません。

介護老人福祉施設は新規で入所する場合、要介護 3 以上の方が対象となります。

介護老人福祉施設

常時介護が必要で居宅での生活が困難な方のための施設。

介護老人保健施設

病状が安定している方が、在宅復帰に向けてリハビリなどを受けることができる施設。

介護医療院

長期の療養を必要とする人に、介護と医療および日常生活の世話を一体的に提供する施設。

施設に入所した時の 1 ヶ月の自己負担額(1 割の場合)のめやす

【介護老人福祉施設】

施設サービス費 (A)					施設サービス費 (A)				
介護 1	介護 2	介護 3	介護 4	介護 5	介護 1	介護 2	介護 3	介護 4	介護 5
20,100	22,200	24,450	26,580	28,650	24,060	25,440	27,390	29,040	30,540

【介護老人保健施設】

【介護医療院】

施設サービス費 (A)				
介護 1	介護 2	介護 3	介護 4	介護 5
25,200	28,440	35,520	38,490	41,220

【居住費・食費】

居住費 (B)				食費 (C)			
第 1 段階	第 2 段階	第 3 段階	第 4 段階	第 1 段階	第 2 段階	第 3 段階	第 4 段階
26,400	26,400	①41,100 ②41,100	61,980	9,000	11,700	①19,500 ②40,800	43,350
26,400	26,400	①41,100 ②44,100	61,980	9,000	11,700	①20,400 ②42,600	46,350

※ 居住費(B)はユニット型個室になります。

※ 居住費(B)、および食費(C)の上段は令和 8 年 7 月まで、下段は令和 8 年 8 月以降の金額の目安になります。

※ 各施設サービスの利用料は、(A)+(B)+(C)になります。

※ 施設サービス費や居住費・食費のほか、日常生活に必要な費用が自己負担となります。

※ 1 ヶ月を 30 日として算出しています。

※ 施設により、実際の自己負担額と異なる場合があります。

サービス利用の契約について

介護保険サービスの利用にあたっては、利用者と介護サービス事業者との「契約」が必要です。契約にあたっては、サービスの内容をよく確認することが大切です。

《介護サービス利用のポイント》

介護サービスは、単に利用する量が多ければ効果があるものではありません。

ポイントを押さえ、効果的な利用を心がけましょう。

- 利用者や家族の手助けになるサービスを選ぶ
- 自立のための改善につながるサービスを選ぶ
- 必要に応じてサービス内容の見直しをする

《事業者選びのポイント》

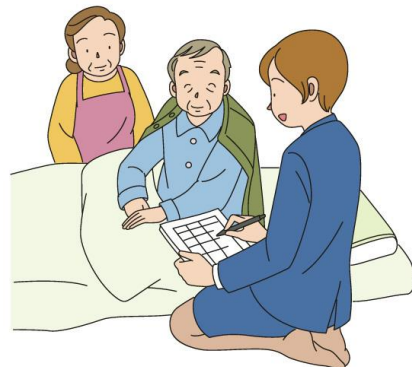
- 都道府県や市町村から指定を受けている事業者ですか
- ケアプランや提供されているサービスについて十分な説明をしてくれますか
- 介護についてのしっかりした知識を持ち、適切なサービスを提供してくれますか

《契約時のポイント》

介護サービスを利用するときは、利用者と事業者が契約することとなります。事業者は契約書や重要事項説明書などの書面により詳しい説明をして、それに対して利用者が合意した場合に契約することとなります。契約は内容をよく確認してから締結しましょう。

- 契約の目的となるサービスが明記されていますか
- 利用者と事業者との間の契約となっていますか
- 契約期間が明記されていますか
- どんな介護をするかなどのが書かれた重要事項説明書などを受け取りましたか
- 介護保険が使えるサービスと使えないサービスが、はっきりわかりやすく書かれていますか
- 利用料と支払い方法および利用者の都合によりキャンセルした場合のキャンセル料がどうなるか確認しましたか
- 苦情や相談、意見を受け入れる担当者は誰か確認しましたか
- サービス提供によって、利用者が損害を与えられた場合の賠償義務が明記されていますか
- 利用者やその家族に関する秘密や個人情報が保持されるようになっていますか

契約書、重要事項説明書には上記の項目以外にも様々な項目があります。よく読んで、不明な点は説明を受けて確認しましょう。



サービス利用に関わる苦情・相談について

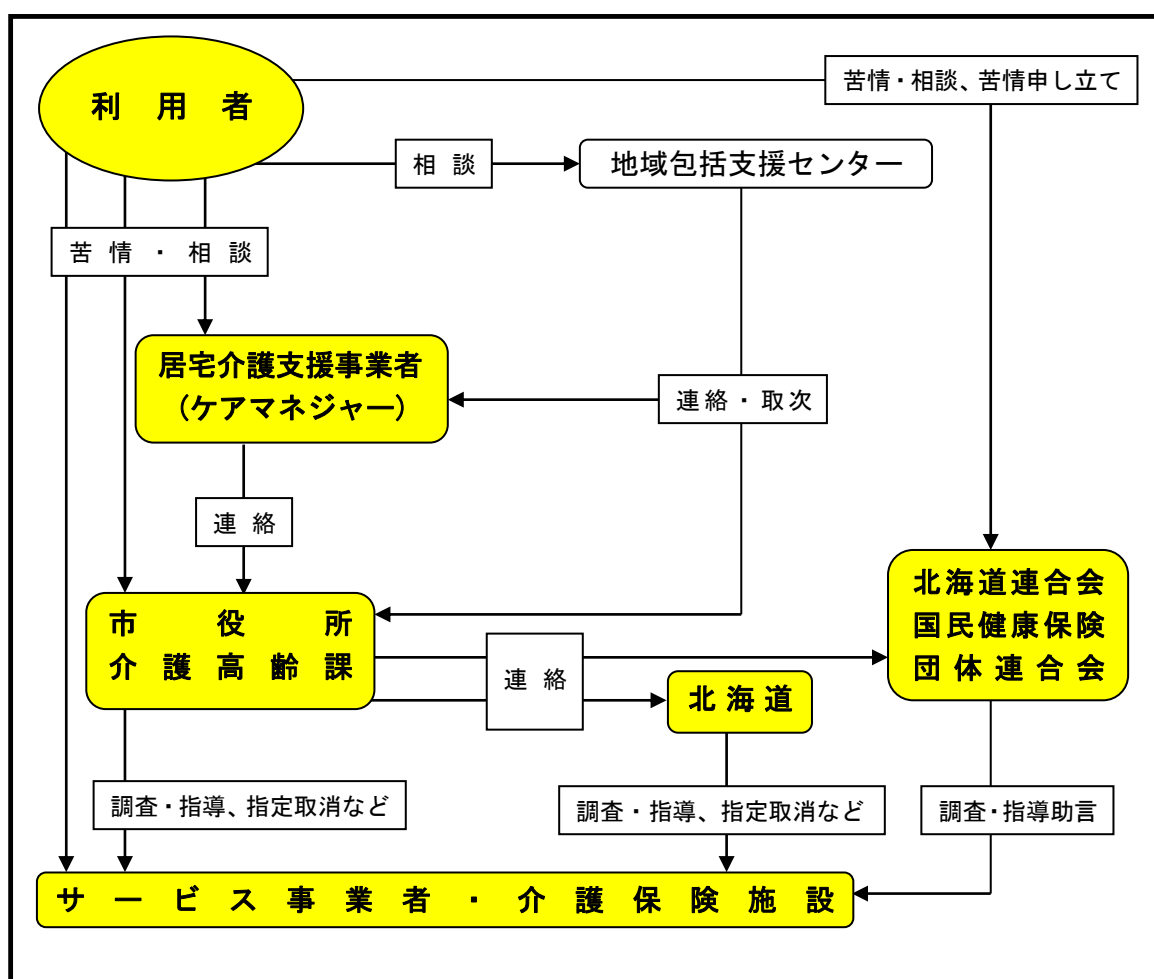
◆ 介護相談は身近な窓口へ

各サービス事業者から提供されているサービスの内容に不満があるときは、まず、その事業者の相談窓口にご相談することをおすすめします。サービス事業者は苦情があった場合は誠実に対応することになっています。

サービスに対する不満は、ケアプランを作成した居宅介護支援事業者(ケアマネジャー)にご相談することもできます。ケアマネジャーは事実関係を確認したうえで、サービス事業者に改善要請をしたり、事業者を変更するなどの対応を図ります。

サービスに対する不満や苦情がある場合は、市役所介護高齢課や各地区の地域包括支援センターでも相談に応じています。

《苦情・相談対応図》



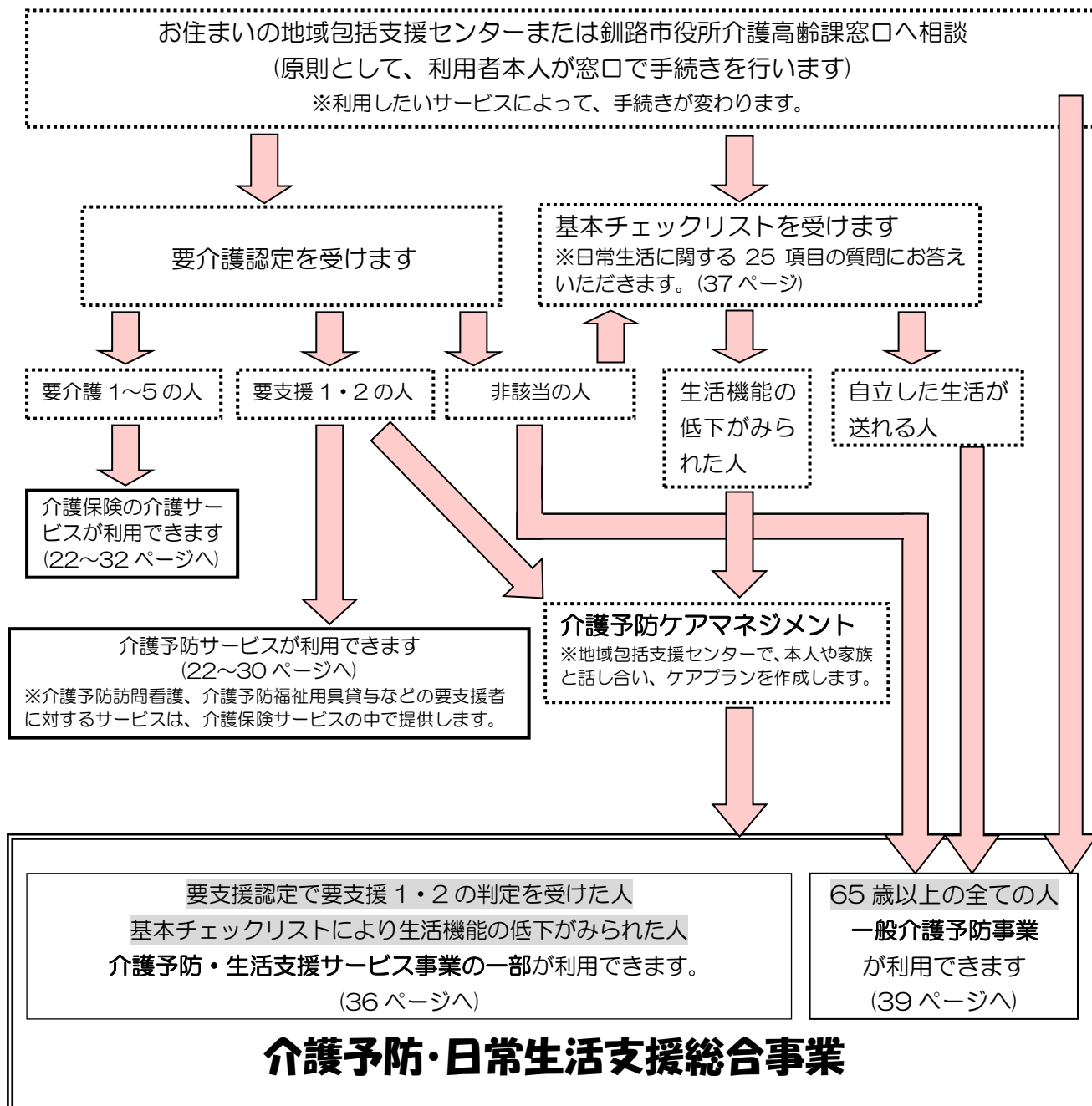
苦情の申し立て方法：上記の相談だけでは十分な解決が得られない場合には、北海道国民健康保険団体連合会に対して「苦情申立書」を提出して、法令に基づく調査や指導を進めてもらうことができます。文章の作成が困難な場合には、口頭により申し立てをすることもできます。

北海道国民健康保険団体連合会：札幌市中央区南2条西14丁目 ☎011-231-5175

介護予防・日常生活支援総合事業

介護保険法の改正に伴い、釧路市では平成 29 年 4 月から要支援 1・2 の認定を受けている方や、65 歳以上の市民の方を対象とした介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)を実施しています。要支援 1・2 の方を対象とした「ホームヘルプサービス」と「デイサービス」は、全国一律基準のサービス(介護予防給付)から、市の独自の事業(地域支援事業)のサービスとして実施しています。また、要支援 1・2 の方や介護が必要な状態になるおそれのある高齢者の自立支援や介護予防の取り組みとして、NPO、民間事業、ボランティア等による多様なサービスを利用することができます。

<利用までの流れ>



介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)では、サービスの種類が増え、一人ひとりの生活に合わせた柔軟なサービスを利用することができるようになります。できるだけ介護を必要としない暮らしを送るためにも、この事業を利用して自立した生活を続けましょう。

介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)で利用できるサービス

要支援 1・2 の方が利用できるサービス 詳細については 22、23 ページへ

《訪問型のサービス》

※ 下記の2つのサービスから選択して利用することができます。

回数はケアプランにより決まります。

● 訪問型サービス(訪問介護相当)

介護予防を目的として、ホームヘルパーが居宅を訪問し、利用者が自力では困難な行為について手助けをします。

● 訪問型サービス A(サービス・活動 A)

訪問型サービス(訪問介護相当)と比べ、訪問スタッフやサービス内容の基準を緩和したサービスを提供します。市が指定する研修を受けた者などが居宅を訪問し、家事や買い物などの生活援助を行います。

利用料は訪問型サービス(訪問介護相当)の9割になります。

《通所型のサービス》

※ 下記の2つのサービスから選択して利用することができます。

回数はケアプランにより決まります。

● 通所型サービス(通所介護相当)

通所介護施設で、食事や入浴、生活行為向上のための支援、その方の目標に合わせた選択的なサービスが日帰りで受けられます。

● 通所型サービス A(サービス・活動 A)

通所型サービス(通所介護相当)と比べ、内容を限定したサービスを提供します。体操やレクリエーション、食事などを行います。入浴や機能訓練指導員によるリハビリは対象外となります。

利用料は通所型サービス(通所介護相当)の9割になります。

要支援 1・2 の方と

基本チェックリストにより生活機能の低下がみられた方が利用できるサービス

《通所型のサービス》

※ 通所型のサービスはサービスの種類により利用できる回数や条件が異なります。

詳しくは担当のケアマネジャーへお問い合わせください。

● 短期集中予防サービス(サービス・活動 C)

対象：要支援 1・2 の方、生活機能に低下が見られた方(基本チェックリスト該当者)

内容：生活機能を改善するため、運動器の機能向上や認知機能・口腔機能の向上など3か月間の短期的な指導を行います。

利用料：1回 100円 ※ 材料費などは別途自己負担となります。



● 住民等主体の通所サービス(おたっしゃサービス) (サービス・活動 B)

対象：要支援 1・2 の方、生活機能に低下が見られた方(基本チェックリスト該当者)

内容：地域住民やボランティアなどが主体となり、レクリエーションや運動の場を提供します。

利用料：1回 100円 ※ 食費・材料費などは別途自己負担となります。

「基本チェックリスト」で危険な老化のサインをチェック！

色付の枠を1点と数えます。

		回 答		
1	バスや電車で1人で外出していますか	はい	いいえ	
2	日用品の買物をしていますか	はい	いいえ	
3	預貯金の出し入れをしていますか	はい	いいえ	
4	友人の家を訪ねていますか	はい	いいえ	
5	家族や友人の相談にのっていますか	はい	いいえ	
6	階段を手すりや壁をつたわずに昇っていますか	はい	いいえ	※運動機能の低下
7	椅子に座った状態から何もつかまらずに立ち上がっていますか	はい	いいえ	
8	15分位続けて歩いていますか	はい	いいえ	
9	この1年間に転んだことはありますか	はい	いいえ	
10	転倒に対する不安は大きいですか	はい	いいえ	
11	6か月間で2~3kg以上の体重減少がありましたか	はい	いいえ	※栄養状態の悪化
12	身長 _____ cm、体重 _____ kg、*BMI _____ *BMI=体重(kg)÷身長(m)÷身長(m) (BMI18.5未満は「はい」)	はい	いいえ	
13	半年前に比べて固い物が食べにくくなりましたか	はい	いいえ	※口腔機能の低下
14	お茶や汁物などでむせることがありますか	はい	いいえ	
15	口の渇きが気になりますか	はい	いいえ	
16	週に1度は外出していますか	はい	いいえ	※閉じこもり
17	昨年と比べて外出の回数が減っていますか	はい	いいえ	
18	周りの人から「いつも同じことを聞く」などの物忘れがあると 言われますか	はい	いいえ	※認知機能の低下
19	自分で電話番号を調べて、電話をかけることをしていますか	はい	いいえ	
20	今日が何月何日かわからない時がありますか	はい	いいえ	
21	(ここ2週間)毎日の生活に充実感がない	はい	いいえ	※うつ傾向の可能性
22	(ここ2週間)これまで楽しんでやれていたことが楽しめなくなった	はい	いいえ	
23	(ここ2週間)以前は楽にできていたことが今ではおっくうに 感じられる	はい	いいえ	
24	(ここ2週間)自分が役に立つ人間だと思えない	はい	いいえ	
25	(ここ2週間)訳もなく疲れたような感じがする	はい	いいえ	

1~20番の項目で10点以上(生活機能全般の低下)、6~10番の項目で3点以上、11・12番の項目で2点、13~15番の項目で2点以上、16番の項目に該当、18~20番の項目で1点以上、21~25番の項目で2点以上のいずれかにあてはまる方は、※に記載されているような生活機能の低下の可能性があるので、ぜひお近くの地域包括支援センターにご相談ください。

<基本チェックリストに関する問い合わせ先>

各地域包括支援センター(10ページ参照)または介護高齢課高齢福祉係 ☎0154-23-5185

介護予防に取り組みましょう

◆ 介護予防とは？

高齢者の皆さんが、健康でいきいきとした生活を送るために、自らの心身を鍛え、介護を必要とする状態を未然に防ぐことです。また、いまは介護が必要でも、できるだけ機能の改善に取り組むことをいいます。

「自分は元気だから介護はまだ先のこと…」と考えている方、介護予防は元気な高齢者だからこそ必要です。

また、既に介護を受けている方も、状態の悪化を防ぐために介護予防に取り組んでいきましょう。



釧路市介護予防普及啓発キャラクター
まんねん

◆ 介護が必要となる原因は？

介護が必要になる原因の多くは、認知症、脳血管疾患(脳卒中)、骨折・転倒などです。

年齢とともに体や心のはたらき、社会的つながりが弱くなった状態を「フレイル」といい、健康と要介護の間の段階を指します。そのまま放っておくと、心身の機能が低下し、生活をする上で支障が出たり、趣味を楽しむ意欲がなくなったりして、要介護状態に近づく可能性があります。フレイルは早めに気づいて、適切な取り組みを行うことにより、進行を防ぎ、健康な状態に戻ることができます。



※ ロコモティブシンドローム(運動器症候群)をご存じですか？

- ・「立つ」「歩く」など人の動きをコントロールするための体の器官や組織＝運動器がおとろえている、またはおとろえ始めている状態で、略して「ロコモ」と呼ばれています。最初は軽度の痛みや体力のおとろえだけの場合も、放っておくと重度の痛みやバランス能力の低下、さらには「歩けない」「立ち上がれない」など要介護の状態になってしまう可能性もあります。簡単にチェックできる方法もありますので、介護高齢課高齢福祉係までお問い合わせください。

◆ 介護予防の視点を大切にしましょう

今は介護を受けている方(介護している方)も、以下のことに気をつけましょう。

- ・ **自分でできることは、できる限り自分で**
「ヘルパーさんにやってもらったほうが楽」などと安易にサービスに頼らないように、本来持つ自分の力を発揮していきましょう。
- ・ **「目標志向型」のサービス利用**
漫然とサービスを利用し続けるのではなく、目標と照らし合わせてサービスを再検討していきましょう。
- ・ **あなたの「したいこと」「できるようになりたいこと」を大切に**
「こういう生活をしていきたい」という意思、意欲を大切にしましょう。



一般介護予防事業

元氣な高齢者が介護予防に取り組むための教室や健康相談を行うほか、生活機能の低下のサインを見つけるため、実態調査事業を行っています。

〈地域包括支援センター実態調査事業〉

地域包括支援センターの調査員が高齢者のご自宅を訪問し、心身の状況、生活状況、日常生活におけるちょっとした困りごとなどについてお聞きします。

調査終了後は必要な方へ介護予防に取り組む事業や、介護保険の申請、配食サービス等高齢者福祉サービスをご紹介します。

〈問い合わせ先〉

各地域包括支援センター(10 ページ参照)

〈介護予防のための取り組み〉

1) 市民向け～年齢に関係なくご参加いただけます

名称	事業内容
釧路市公認 介護予防サポーター 養成講座	釧路市介護予防プログラム「わかがえりレッスン」を行うボランティア養成講座です。講座修了後には、釧路市公認介護予防サポーターとして登録し、地域で介護予防や健康づくりのための活動を行います。
釧路市公認 ご近所ボランティア講座	おたっしゃサービスや高齢者施設、地域カフェなどで、利用者との交流などの活動を行うボランティア養成講座です。

2) おおむね65歳以上の方が対象の事業

名称	事業内容
市民介護予防普及講座	介護予防に関する知識や理解を深めていただく機会として講演会を開催しています。
脳の健康度テスト	ご自分の脳の得意分野と苦手分野を知ることができるファイブ・コグ検査(認知症となる前に低下しやすい機能を測る検査)を実施し、認知症予防に役立つ講話を行っています。 ※ 認知症かどうかを検査するものではありません。
健康教育	保健師による介護予防に関する講話や軽体操などの実技を行っています。

※ 開催時期などの詳細については、介護高齢課または各行政センター保健福祉課へお問い合わせください。

「わかがえりレッスン」のご紹介

65歳以上のお元気な方を対象とした、介護予防の教室(40～41 ページ参照)や各講座では、釧路市介護予防プログラム「わかがえりレッスン」を取り入れています。

また、わかがえりレッスンの一般用DVDの貸出・配布も行っています。

わははと笑ってはじめましょう
からだのびのびしなやかに
がんばれ脳の活性化
えっさほいさで筋力アップ
りらくすしてまた今度!



介護予防継続教室～身近な会場で取り組みます～

★釧路市介護予防プログラム「わかがえりレッスン」を実施します。

～釧路地区～

西部地区	 <small>せいかくそう</small> 星鶴荘すみれの会	第1・3金	星鶴荘 (星が浦北3-1-35)
	 <small>か〜い</small> 大楽毛わかがえる会	第2・4月	大楽毛生活館 (大楽毛4-8-7)
	 昭和とんとんクラブ	第1・3火	昭和会館 (昭和町4-8-10)
	 鳥取ひまわりの会	第1・3水	鳥取北会館 (鳥取北4-10-16)
中部北地区	 美原荘健康体操サークル ※ 10時～11時半	第2木	美原荘 (美原4-3-1)
	 文苑活性塾ぶんぶん ※ 午前10時～12時 ※ 午後1時～3時	第2・4火	文苑会館 (文苑1-31-13)
	 清風荘愛あいクラブ ※ 午後1時～3時	第2・4金	清風荘 (愛国西3-26-1)
中部南地区	 <small>ゆうゆう</small> 友遊ことぶき	第1・3火	寿荘 (寿2-5-2)
	 <small>てっちゅう</small> 鉄中にこにこクラブ	第2・4木	鉄北中央会館 (若松町11-14)
	 <small>わかさ</small> キラキラ若桜クラブ	第1・3水	鉄北荘 (柳町1-46)
東部北地区	 平成きずなの会	第1・3月	平成荘 (武佐4-30-11)
	 春探の風サークル	第2・4木	緑風荘 (鶴ヶ岱3-1-40)
東部南地区	 <small>きさらぎ</small> 望洋如月チャレンジ会 ※ 午前10時～12時 ※ 午後1時～3時	第1・3木	春探望洋地区集会所 (望洋ふれあい交流センター内) (春探4-10-15)
	 <small>おうか</small> いきいき桜花の集い	第1・3火	桜花荘 (桜ヶ岡2-8-1)
	 白樺健康体操	第1・3水	白樺ふれあい交流センター (白樺台2-1-1)

※ 10時～12時の実施(一部を除く)

※ 会費は一部を除き無料で、要支援・要介護認定を受けていない、お元気な方が対象です。

「短期集中予防サービス」や「おたっしゃサービス」の同時利用はご遠慮ください。

※ 参加・見学の申し込みや教室に関する詳細は、各地域包括支援センター(10ページ参照)までお問い合わせください。

～阿寒地区～

名称	事業内容等	
本町 元氣いきいき 教室	月2～3回・月曜日・13時30分～15時 会場：阿寒町保健・福祉サービス複合施設「ひだまり」（阿寒町中央1-7-12） ※ 送迎が必要な方は、対応できる場合がありますので、まずはご相談ください。	
	わかがり レッスンの日	体力・筋力づくりを中心に、総合的に介護予防に取組みます ・頭の体操、健口体操、ストレッチ ・筋トレ(体力に合わせて、棒やボール、バランスパッド、ウエイトなどを使用します) ・指体操や脳活性化ゲーム、ミニモルック練習
	忘れん脳トレの日	認知症予防を目指して、みんなで楽しく取組みます。 ・脳の血流量を上げるストレッチや有酸素運動 ・脳機能を鍛えるアクティビティいろいろ
阿寒湖 元氣いきいき 教室	月1回・水曜日・13時30分～15時 会場：阿寒湖まりむ館（阿寒町阿寒湖温泉2-6-20） ※ 送迎が必要な方は、対応できる場合がありますので、まずはご相談ください。	
	釧路市介護予防プログラム「わかがりレッスン」と、ポッチャやモルック等の誰でも気軽に参加できるゲームを実施します。	
布伏内 元氣会	月1回・木曜日・13時30分～15時 会場：布伏内コミュニティセンター（阿寒町布伏内22線北51番地地先）	
	釧路市介護予防プログラム「わかがりレッスン」と、ポッチャやモルック等のゲーム、脳トレを実施します。	

～音別地区～ 会場：音別町福祉保健センター(音別町中園2-119-1) ※ 送迎あり

名称	事業内容等
元気で いんでない会	月1～2回 第1水曜日(12月～2月は第1・3水曜日)10時30分～12時 住み慣れた地域でいきいきと暮らしていけるよう、元氣なうちから介護予防に取り組むための教室です。介護予防に関する簡単な体操、脳活性化トレーニングなどを実施しています。
脳力アップ 達人教室	月1～2回 第2水曜日(12月～2月は第2・4水曜日)10時30分～12時 脳の若返りと認知症の予防を目指し、頭の回転や柔軟性を高めるためのプログラムを実施しています。

- ※ 各教室の詳細や上記以外の事業については、介護高齢課または各行政センターへお問い合わせください。
 ※ 事業の開催時期、募集時期につきましては、広報くしろをご覧ください。
 ※ 開催内容は変更になる場合があります。ご了承ください。

問い合わせ先

< 釧路地区 > 介護高齢課高齢福祉係	☎0154-23-5185
< 阿寒地区 > 阿寒町行政センター保健福祉課	☎0154-66-2120
< 音別地区 > 音別町行政センター保健福祉課	☎01547-9-5252

第2編 高齢者福祉のあらし



高齢者福祉サービス

掲載している高齢者福祉サービスの問い合わせ・申し込み先について、特に記載のないものについては

介護高齢課 高齢福祉係

☎0154-31-4539

阿寒町行政センター保健福祉課

☎0154-66-2120

音別町行政センター保健福祉課

☎01547-9-5151

へお問い合わせください。

1) ご高齢の方への支援

寝たきり高齢者等移送サービス ※お住まいの地区により内容が異なります			
釧路地区 にお住まいの方	内 容	普通の車両での外出が困難な方について、移送用車両(リフト付車両やストレッチャー装着車両)により、居宅と医療機関との間の送迎を行います。(通院に伴う移送のみ)	
	対 象 者	移送用車両でなければ通院が困難な方	
	自己負担額	片道あたり	運転手 1 名の場合 260 円
			運転手 1 名および介助者 1 名の場合 430 円
利用回数	月 1 回(往復)		
阿寒・音別地区 にお住まいの方	内 容	普通の車両での外出が困難な方について、移送用車両(リフト付車両やストレッチャー装着車両)により、居宅と医療機関(釧路地区や隣接する町村を含む)との間を送迎します。(通院に伴う移送のみ)	
	対 象 者	移送用車両でなければ通院が困難な方	
	自己負担額	片道あたり	阿寒・音別地区内は 200 円
			阿寒・音別地区外は 700 円
利用回数	年 4 8 回(往復)		

高齢者等緊急通報システム設置事業

内 容	<p>自宅での火災・急病などの緊急時に、速やかな救護・救援体制をつくるため、簡単な操作で消防本部に通報することができる機器を設置します。</p> <p>※ ご利用の回線によって契約の変更を伴う場合があります。</p>
対 象 者	<p>ひとり暮らしであり、この事業を利用しなければ緊急時の連絡が困難で、次のいずれかに該当する方</p> <p>① 高齢者で、病弱であるため緊急時に機敏に行動することが困難な方</p> <p>② 高齢者で、生命にかかわる発作的な病気をお持ちの方</p> <p>③ 重度の身体障がい者の方(肢体不自由 1 級または 2 級で、常時車いすを使用している、視力障害 1 級、呼吸器障害 1 級)</p>
自己負担額	<p>2,600 円＋税(機器設置時にかかる電池代)</p> <p>※ 電池は 2 年ごとに交換が必要であり、その際にかかる電池代は自己負担となります。</p> <p>※ 通報にかかる通話料は自己負担となります。</p> <p>※ 利用者の過失による機器の故障・紛失などの弁償費用および機器の移設・撤去を行う際に工事費用が発生する場合があります。</p> <p>※ 救急対応時は人命救助を優先するため、救急隊が施錠されているドアや窓を壊して入室した際の修繕費が発生する場合があります。</p>

食の自立支援事業(配食サービス)

内 容	<p>健康で自立した生活を送ることができるよう、食の自立の観点から、栄養バランスのとれた食事を提供します。</p> <p>※ 配達時には利用者の安否を確認し、健康状態などに異変が認められた場合は親族や関係機関などへの連絡を速やかに行います。</p>		
対 象 者	<p>60 歳以上で、食材の調達や調理などが困難なため栄養バランスのとれた食事の提供が必要であり、次のいずれかに該当する方</p> <p>① 60 歳以上の方のみの世帯</p> <p>② 60 歳以上の方のほか、身体障がい等により買物および調理ができない方のみで構成される世帯</p>		
自己負担額	市民税課税世帯の方	1 食あたり 500 円	
	市民税非課税世帯の方	1 食あたり 375 円 ※ 生活保護世帯の方は 1 食あたり 500 円	
利用回数	釧路地区	1 日あたり 1 回(夕食のみ)	利用する曜日を指定して、週 1 回～7 回まで利用可能
	阿寒、音別地区	1 日あたり 1 回(昼食のみ)	

軽度生活援助事業 ※ お住まいの地区により自己負担額が異なります			
内 容	介護予防・生活支援の観点から、軽易な日常生活上の援助を行います。		
	主 な 援助内容	<ul style="list-style-type: none"> ・ 家屋内の整理・整備(窓拭き、換気扇の掃除など) ・ 家の周りの手入れ、軽微な修繕(草取り、電球交換など) ・ 灯油の運搬、ストーブやポータブルタンクへの注入など 	
対 象 者	市民税非課税世帯であり、この事業を利用しなければ自立した生活の継続が困難で、次のいずれかの世帯に属する方 ① 高齢者のみの世帯 ② 1級もしくは2級の身体障害者手帳の交付を受けている方のみの世帯 (聴覚障がいを除く) ③ 上記①②に該当する方のみで構成される世帯		
自己負担額	釧路地区	1回あたり280円	※ 材料費などは実費負担となります
	阿寒地区	1回あたり100円	
利 用 回 数	月1回、1時間程度 ※ 灯油の運搬・注入のみ月2回まで利用できます。		

単身高齢者等除雪事業			
内 容	降雪量がおおむね15cm以上あったとき、避難経路を確保するため、玄関から生活道路までの最小限の除雪(人や車いすが通れる幅のみ)を巡回して行います。		
	※ 駐車スペースなどは除雪範囲に含まれません。 ※ 除雪人員に限りがあり、即日対応が難しい場合があります。 ※ 集合住宅などにお住まいの方は、別の世帯と除雪経路が重複している等の理由により、本事業の対象外となる場合があります。		
対 象 者	市民税非課税世帯であり、玄関から生活道路までの除雪作業を自力で行うことができない、かつ近隣からの援助も受けることができない方で、次のいずれかの世帯に属する方 ① 高齢者のみの世帯 ② 1級もしくは2級の身体障害者手帳の交付を受けている方のみの世帯 (聴覚障がいを除く) ③ 上記①②に該当する方のみで構成される世帯		
自己負担額	1回あたり200円		

単身高齢者声かけ運動事業	
内 容	安否確認および孤独感の軽減などを目的として、週2回ご自宅を訪問し、「お元気ですか」と声かけを行います。(乳酸菌飲料を1本お渡しします) ※ 釧路ヤクルト販売(株)に委託しています。 ※ 一部実施できない区域があります。
対 象 者	安否確認が必要と認められる70歳以上のひとり暮らしの方で、次のすべてに該当する方。 ① 週1回以上の訪問・通所等の介護サービスなどを利用していない。 ② 定期的なサークル活動などをしていない。 ③ 親族や知人・友人などとの交流頻度が少ない。
自己負担額	無料

外国人高齢者・障害者福祉給付金支給事業	
内 容	国民年金制度上、無年金とならざるを得なかった在日外国人高齢者および障がい者の方々が地域で自立し安定した生活を続けていくことを支援するため、福祉給付金を支給します。
対 象 者	《高齢者》大正15年4月1日以前に生まれた在日外国人のうち、永住許可または特別永住許可を受けている方 《障がい者》昭和37年1月1日以前に生まれた重度心身障がい者のうち、昭和57年1月1日以前に重度心身障がい者であった在日外国人または同日以降重度心身障がい者となったが、その初診日が同日前の在日外国人の方 ※ 上記以外にも対象となることがありますので、お問い合わせください。
支 給 額	《高齢者》月額10,000円 《障がい者》月額25,000円

高齢者住宅等安心確保事業	
内 容	高齢者の生活面、健康面での不安に対応するため、公営住宅に整備されている高齢者世話付住宅(シルバーハウジング)に生活援助員(ライフサポートアドバイザー/LSA)を派遣し、生活指導・相談、安否確認、緊急対応などを行い、高齢者の安心を確保する体制をつくります。
対 象 者	自炊が可能な程度の健康状態ではあるが、身体機能の低下などがあり、高齢のため独立して生活するには不安があると認められる方、もしくは住宅困窮度が高く、家族による援助が困難な方で、次のいずれかの世帯に属する方。 ① 60歳以上のひとり暮らし世帯 ② 夫婦のみの高齢者世帯(夫婦の一方が60歳以上) ③ 60歳以上の者のみの世帯
申 込 方 法	高齢者世話付住宅(シルバーハウジング)の入居相談は、釧路市住宅公社(☎0154-31-4563)へお問い合わせください。

生活管理指導短期宿泊事業	
内 容	基本的な生活習慣を身につけることにより要支援・要介護状態への進行を防止するため、一時的に養護老人ホームなどに宿泊し、生活習慣などに対する指導を行うとともに体調調整を図ります。
対 象 者	① 普段は家族と同居しているが、家族が何らかの理由で短期間不在となり、ひとりでの生活に不安がある方 ② 疾病ではないが体調不良に陥り、体調調整が必要な方
自己負担額	1日あたり381円+給食費
利用日数	1回あたりおおむね1週間程度

ふれあい収集	
内 容	可燃ごみ・不燃ごみ及び資源物を排出することが困難な高齢者や障がい者の世帯を対象に、声かけを行いながら戸別に訪問し収集します。
対 象 者	ごみなどの排出が困難であり、下記のいずれかに該当する方のみで構成される世帯 ① 介護認定を受けている方(要支援1以上) ② 障害者手帳(身体・知的・精神)の交付を受けている方 ③ 夏期は自己排出が可能だが冬期に困難となる方
申 込 方 法	申請書に必要事項を記入のうえ(申請書記入例を参照)、下記提出先へ郵送又はご持参ください。 ・環境事業課(古川町28番地)・環境保全課(市役所1階) ・阿寒町行政センター市民課・音別町行政センター市民課
そ の 他	申請を希望する方は、下記までお問い合わせください。 ・釧路地区の方 環境事業課(☎0154-24-4146) ・阿寒地区の方 阿寒町行政センター市民課(☎0154-66-2211) ・音別地区の方 音別町行政センター市民課(☎01547-6-2231)

2) ご家族の方への支援

家族介護用品支給事業	
内 容	経済的負担の軽減などを目的に、在宅で重度の要介護者を介護している家族に対し、介護用品(紙おむつ・尿取りパッドなど、特定の品目のみ)を購入することができる利用券を支給します。
対 象 者	要介護4または5の高齢者などを在宅で介護している同居の家族で、介護者・被介護者ともに市民税非課税世帯の方 ※ 介護を受けている方が入院中の場合でも、本事業の対象となります。
給 付 額	月額6,250円
申 込 方 法	要介護4または5と認定された方へ申請書を送付していますので、介護高齢課または各行政センター保健福祉課へご提出ください。
そ の 他	<u>この事業の対象となった方は、釧路市指定ごみ袋の支給を受けることができます。</u> 詳細は、環境保全課環境管理係(☎0154-31-4535) ※ 介護を受けている方が入院中の場合は、ごみ袋支給の対象外です。

家族介護教室	
内 容	要介護者の状態の維持・改善を目的とした、適切な介護知識・技術の習得などを内容とした教室を開催します。 ※ 不定期で開催しているため、日程などの情報については介護高齢課へお問い合わせください。
対 象 者	高齢者を介護している家族、または近隣の援助者など
参 加 費	無料

家族介護者交流事業	
内 容	介護者相互の交流により、介護から一時的に解放されるとともに、心身の元気回復(リフレッシュ)を図ります。 交流会の日程、詳細については介護高齢課へお問い合わせください。
対 象 者	高齢者などを介護している家族の方
自 己 負 担 額	交流会の内容により実費負担が必要な場合があります。

行方不明高齢者等早期発見システム事業	
内 容	認知症により行方不明となる高齢者などを介護している家族に、人工衛星による位置検索システム(GPS)で位置情報を確認できる機器の購入経費の一部を助成します。
対 象 者	認知症の高齢者などを介護している家族の方
助 成 額	限度額 7,000 円＋税 ※ 月額基本料などは利用者負担となります

認知症高齢者家族やすらぎ支援事業	
内 容	認知症高齢者の見守りや話し相手のためにボランティア(やすらぎ支援員)がご自宅を訪問し、介護している家族の介護負担の軽減を図ります。
対 象 者	認知症高齢者などを介護している家族の方
自 己 負 担 額	<ul style="list-style-type: none"> ・ 30 分 200 円 ・ 1 時間 300 円 ・ 1 時間を超える場合は、30 分増すごとに 100 円ずつ加算

釧路市SOSネットワーク事前登録事業	
内 容	認知症などの理由により、行方不明になる可能性のある方の情報をあらかじめ登録し、捜索や発見、保護をスムーズに行います。
対 象 者	認知症などの理由により、行方不明になる可能性のある方
申 込 方 法	介護高齢課、各行政センター、釧路市各地域包括支援センターに申請書を用意しています。必要事項を記入のうえ、直近に撮影した上半身と全身の写真2枚を裏面に貼り付けて、介護高齢課窓口へご提出ください。
そ の 他	登録された情報は、釧路警察署など関係機関と共有し、万が一行方不明が発生した際に使用します。

3) 認知症高齢者を支える活動

認知症高齢者地域サポート事業	
内 容	<p>認知症に対する正しい知識・理解を地域に広めるとともに、認知症高齢者や家族が地域で安心して暮らし続けることを支える方を育成します。</p> <p>(1) 認知症について正しい知識を持ち、認知症高齢者およびその家族を応援する方(認知症サポーター)を地域に広めるための講座(認知症サポーター養成講座)を開催します。</p> <p>(2) 認知症サポーターの意識向上を図るためのスキルアップ講座を開催します。</p>
対 象 者	<p>釧路市在住の方。各種団体・職域・学校においても開催できますので、詳細は介護高齢課へお問い合わせください。</p>
参 加 費	<p>無料</p>

4) 福祉施設入所サービス

養護老人ホーム											
内 容	<p>環境上の理由および経済的理由により、居宅での生活が困難な高齢者が生活する施設です。</p> <p>特定施設入居者生活介護(介護保険)の指定を受けている養護老人ホーム長生園は、入所しながら介護保険サービスを利用することができます。</p>										
入 所 要 件	<p>環境上の理由や経済的理由により自宅で生活することが困難な方</p>										
費 用 な ど	<p>本人および扶養義務者の収入などに応じて費用負担があります。</p> <p>扶養義務者の範囲は、原則として入所前に入所者本人と同居していた配偶者または子に限定されますが、ひとり暮らしの場合は、別居している子が当該高齢者を扶養控除の対象としているなどの場合に、当該別居の子を扶養義務者として取り扱います。</p> <p>また、介護保険のサービス費用利用者負担額は収入などに応じて別途負担となります。</p>										
申 し 込 み 先	<p>介護高齢課または各行政センター保健福祉課へお申し込みください。</p> <p>ケースワーカーなどが実態などを調査し、入所判定会議で審査決定します。</p>										
<p>釧路市内の養護老人ホーム</p> <table border="1"> <thead> <tr> <th>施設名</th> <th>所在地</th> <th>電話番号</th> <th>入所定員</th> <th>運営主体</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>養護老人ホーム 長生園</td> <td>釧路市 武佐 4-28-10</td> <td>0154- 46-8181</td> <td>120名</td> <td>社会福祉法人 釧路愛育協会</td> </tr> </tbody> </table> <p>※ 釧路市外の施設に入所できる場合もあります。</p>		施設名	所在地	電話番号	入所定員	運営主体	養護老人ホーム 長生園	釧路市 武佐 4-28-10	0154- 46-8181	120名	社会福祉法人 釧路愛育協会
施設名	所在地	電話番号	入所定員	運営主体							
養護老人ホーム 長生園	釧路市 武佐 4-28-10	0154- 46-8181	120名	社会福祉法人 釧路愛育協会							

生活支援ハウス

内 容	介護支援機能、居住機能、地域との交流機能を総合的に提供し、高齢者が安心して健康で明るい生活を送れるように支援する施設です。
対 象 者	60 歳以上の方で、家族による援助が受けられず、独立して生活することに不安のある方
費 用 な ど	利用者の収入などに応じて費用を負担するほか、暖房料、光熱水費などがかかります。 また、給食費、介護保険のサービス費用利用者負担額は別途負担となります。
申 し 込 み 先	介護高齢課または各行政センター保健福祉課へお申し込みください。 ケースワーカーなどが実態調査を行った上で入居を審査し、決定します。

釧路市内の生活支援ハウス

施設名	所在地	電話番号	入居定員	運営主体
生活支援ハウス 福寿草	釧路市 昭和南 5-23-1	0154- 55-7500	15 名	社会福祉法人 釧路啓生会
生活支援ハウス りんどう	釧路市音別町 中園 2-119-1	01547- 9-5151	16 名	釧 路 市

軽費老人ホーム(ケアハウス)

内 容	居住機能と福祉機能を併せ持つ住まいで、食事や入浴などの日常のサービスを提供し、高齢者の自立生活を支援する施設です。
対 象 者	自立生活が可能で 60 歳以上(夫婦の場合は一方が 60 歳以上)で、家庭環境、住宅事情の理由により独立して生活することが困難な方
費 用 な ど	利用者の収入などに応じて、事務費、食費などのほか、家賃にあたる管理費などを負担します。
申 し 込 み 先	利用者と施設との契約となりますので、希望するケアハウスに直接お申し込みください。

釧路市内のケアハウス

施設名	所在地	電話番号	入居定員	運営主体
ケアハウス よねまち	釧路市 米町 4-3-15	0154- 43-3343	50 名 (50 室)	社会福祉法人 釧路創生会
ケアハウス 楽寿苑	釧路市 昭和 190-4463	0154- 55-4554	50 名 (48 室)	社会福祉法人 夕 秀 会
ケアハウス やまざくら	釧路市 桜ヶ岡 4-9-1	0154- 92-3939	50 名 (50 室)	社会福祉法人 釧路創生会

高齢者の生きがい・健康づくりのサービス

1) 老人クラブ活動などへの支援

社会奉仕・友愛・サークル活動や世代間交流事業などの老人クラブ活動の健全な育成を図るため、各老人クラブや地区老人クラブの活動などの支援を行います。

名 称	事 業 等 内 容
高齢者の趣味とスポーツ	老人福祉センターなどを利用し、趣味の会やスポーツを通じ、仲間づくりや交流活動が行われており、その活動を支援します。また、各老人クラブから推薦された「高齢者生きがいスポーツ推進員」が中心となって行っている、軽スポーツの普及啓発のための活動を支援します。
シルバーボランティア (地域老人福祉推進員)	各老人クラブから推薦されたシルバーボランティアが身近な問題についての情報交換を行う場を提供するため研修会を実施するとともに、地域福祉と協働した活動を支援します。
いきいきフェスタ	敬老月間である9月を中心にスポーツ・文化活動・健康・福祉活動など多様なイベントを実施しています。今後も、釧路市老人クラブ連合会と共に、高齢者がより自主的に企画運営できるよう事業内容の一層の充実に努めます。
老人クラブ連合会活動	老人クラブ連合会が実施している「ふれあい事業(湯治を含めた研修事業)」などへの支援を通して、高齢者の社会参加、健康づくり、生きがいづくりの推進に努めます。
老人クラブ活動	老人クラブ活動や運営が円滑に行われるよう補助金の交付や、また、これまでの活動に加え、多世代との交流やひとり暮らしの高齢者への声かけなど、地域を豊かにする活動を支援します。幅広い年代の高齢者が加入しやすいように釧路市老人クラブ連合会と共に環境づくりに努めます。

● 老人クラブ活動に関する問い合わせ先

釧路市老人クラブ連合会 ☎0154-43-2335
(釧路市米町 4-3-16 プラザよねまち内)

2) 生きがい推進事業

名 称	事 業 等 内 容													
長寿祝品贈呈事業	<p>長寿の大きな節目となる満 100 歳になられた方へ、メッセージカードを贈呈します。</p> <p>《対象者》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 9月 15 日現在において、釧路市に 1 年以上居住し、当該年度に、満 100 歳になる方。 													
高齢者外出促進バス事業	<p>高齢者の積極的な社会参加を促すと共に健康の維持・増進を図り、生きがいのある生活を支援する為、バス利用に対する助成を行います。</p> <p>《対象者》</p> <ul style="list-style-type: none"> ・ 釧路市に住民登録のある満 70 歳以上の方で、バスを利用出来る身体状況の方。 <p>《助成内容》</p> <table border="1" data-bbox="486 900 1428 1796"> <thead> <tr> <th data-bbox="486 900 635 1003"></th> <th data-bbox="635 900 1145 1003">① 乗車証「おでかけパスポート 70」による助成</th> <th data-bbox="1145 900 1428 1003">② 定期券購入に対する助成</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td data-bbox="486 1003 635 1326">内 容</td> <td data-bbox="635 1003 1145 1326"> <p>くしろバス(株)及び阿寒バス(株)が運行する路線バスで、釧路市内及び釧路町内、また市が指定する停留所での乗降に対する助成</p> <p>※ 阿寒・音別地域の生活交通、循環バス「ぐるっと」、乗合タクシー(桂恋三津浦線)にも利用出来ます。</p> </td> <td data-bbox="1145 1003 1428 1326"> <p>バス会社が販売する高齢者向け定期券等の購入に対する助成</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="486 1326 635 1429">申請場所</td> <td data-bbox="635 1326 1145 1429"> <p>釧路市内の郵便局の窓口 (利用者負担 500 円で 1 年間有効)</p> </td> <td data-bbox="1145 1326 1428 1429"> <p>バス会社の窓口</p> </td> </tr> <tr> <td data-bbox="486 1429 635 1796">利用方法</td> <td data-bbox="635 1429 1145 1796"> <p>降車時、乗車証を乗務員に提示することで、1 回あたり 100 円で乗車出来ます。</p> <p>ただし【⑩阿寒線】で「釧路駅から釧路空港」の間で乗車し、「雄阿寒分岐から阿寒湖温泉」の間で降車する場合(逆を含む)は 1 回あたり 500 円となります。</p> </td> <td data-bbox="1145 1429 1428 1796"> <ul style="list-style-type: none"> ・ シルバー定期券 65 ・ グリーン定期 S ・ 悠優定期 <p>を購入する際、申請により 1,000 円/月の値引きとなります。</p> </td> </tr> </tbody> </table> <p>※ ①・②いずれの申請も本人が行うものとし、代理人による申請は出来ません。</p>			① 乗車証「おでかけパスポート 70」による助成	② 定期券購入に対する助成	内 容	<p>くしろバス(株)及び阿寒バス(株)が運行する路線バスで、釧路市内及び釧路町内、また市が指定する停留所での乗降に対する助成</p> <p>※ 阿寒・音別地域の生活交通、循環バス「ぐるっと」、乗合タクシー(桂恋三津浦線)にも利用出来ます。</p>	<p>バス会社が販売する高齢者向け定期券等の購入に対する助成</p>	申請場所	<p>釧路市内の郵便局の窓口 (利用者負担 500 円で 1 年間有効)</p>	<p>バス会社の窓口</p>	利用方法	<p>降車時、乗車証を乗務員に提示することで、1 回あたり 100 円で乗車出来ます。</p> <p>ただし【⑩阿寒線】で「釧路駅から釧路空港」の間で乗車し、「雄阿寒分岐から阿寒湖温泉」の間で降車する場合(逆を含む)は 1 回あたり 500 円となります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ シルバー定期券 65 ・ グリーン定期 S ・ 悠優定期 <p>を購入する際、申請により 1,000 円/月の値引きとなります。</p>
	① 乗車証「おでかけパスポート 70」による助成	② 定期券購入に対する助成												
内 容	<p>くしろバス(株)及び阿寒バス(株)が運行する路線バスで、釧路市内及び釧路町内、また市が指定する停留所での乗降に対する助成</p> <p>※ 阿寒・音別地域の生活交通、循環バス「ぐるっと」、乗合タクシー(桂恋三津浦線)にも利用出来ます。</p>	<p>バス会社が販売する高齢者向け定期券等の購入に対する助成</p>												
申請場所	<p>釧路市内の郵便局の窓口 (利用者負担 500 円で 1 年間有効)</p>	<p>バス会社の窓口</p>												
利用方法	<p>降車時、乗車証を乗務員に提示することで、1 回あたり 100 円で乗車出来ます。</p> <p>ただし【⑩阿寒線】で「釧路駅から釧路空港」の間で乗車し、「雄阿寒分岐から阿寒湖温泉」の間で降車する場合(逆を含む)は 1 回あたり 500 円となります。</p>	<ul style="list-style-type: none"> ・ シルバー定期券 65 ・ グリーン定期 S ・ 悠優定期 <p>を購入する際、申請により 1,000 円/月の値引きとなります。</p>												

3) 老人福祉センター・憩の家など一覧

老人福祉センター(老人集会所)は、社会参加活動を通じて、高齢者の健康増進や趣味の会活動などの充実を図るため、その活動拠点となる施設です。

また、憩の家は、地域の方のコミュニティー活動の拠点としても利用されています。

区分	施設名(略称)	所在地	電話番号	摘要
老人福祉センターなど	緑風荘	鶴ヶ岱 3-1-40	0154-41-0665	
	第2老人福祉センター(清風荘)	愛国西 3-26-1	0154-37-1498	
	第3老人福祉センター(鶴風荘)	鳥取北 4-21-2	0154-51-9651	
	桜ヶ岡老人福祉センター(桜花荘)	桜ヶ岡 2-8-1	0154-91-2227	
	大川町老人福祉センター(橋南荘)	大川町 3-36	0154-41-4740	
	柳町老人福祉センター(鉄北荘)	柳町 1-46	0154-25-6535	
	寿老人福祉センター(寿荘)	寿 2-5-2	0154-24-2444	
	美原老人福祉センター(美原荘)	美原 4-3-1	0154-36-3608	
	武佐老人福祉センター(平成荘)	武佐 4-30-11	0154-46-5601	
	星が浦老人福祉センター(星鶴荘)	星が浦北 3-1-35	0154-51-5771	
	高齢者生きがい交流プラザ (プラザよねまち)	米町 4-3-16	0154-43-2335	老連事務局
	望洋ふれあい交流センター 【2階部分】	春採 4-10-15	0154-41-2558	複合施設
	白樺ふれあい交流センター 【伝承研修室】	白樺台 2-1-1	0154-91-9997	
	昭和老人集会所	昭和町 2-4-9	0154-53-3060	
憩の家など	旭町寿の家	阿寒町旭町 2-3-20	問い合わせ先 阿寒町行政センター 保健福祉課	
	阿寒町老人健康増進センター	阿寒町飽別 51線 24-3	0154-66-2120	
	音別町老人憩の家	音別町中園 1-10	問い合わせ先 音別町行政センター 保健福祉課 01547-9-5151	

- 高齢者の生きがいづくり、健康づくりのサービスに関する問い合わせ先
 介護高齢課 高齢福祉係 ☎0154-31-4539
 阿寒町行政センター保健福祉課 ☎0154-66-2120
 音別町行政センター保健福祉課 ☎01547-9-5151

高齢者優待施設一覧

- ① 満 65 歳以上の釧路市民は、下記減免後料金でご利用できます。
- ② 開館日時等詳細は各施設へお問い合わせください。
- ③ ご利用の際は、ご利用者の住所、氏名、生年月日が記載してある健康保険資格確認書、介護保険被保険者証、マイナンバーカードなどを受付に提示してください。

減免種別	施設名等	通常大人料金	減免後料金	住所	お問い合わせ
全額免除	山花公園オートキャンプ場 (入場料のみ)	760 円	0 円	阿寒町下仁々志別 11-37	山花公園オートキャンプ場 ☎0154-56-3020
	釧路市丹頂鶴自然公園	480 円	0 円	鶴丘 112	釧路市丹頂鶴自然公園 ☎0154-56-2219
	釧路市湿原展望台	480 円	0 円	北斗 6-11	釧路市湿原展望台 ☎0154-56-2424
	釧路市立博物館	480 円	0 円	春湖台 1-7	釧路市立博物館 ☎0154-41-5809
	釧路市立美術館 (特別展を除く)	140 円	0 円	幣舞町 4-28 (まなほっと幣舞 3 階)	釧路市立美術館 ☎0154-42-6116
半額免除	こども遊学館展示室観覧料 (特別展を除く)	600 円	300 円	幸町 10-2	釧路市こども遊学館 ☎0154-32-0122
	こども遊学館 プラネタリウム観覧料	480 円	240 円		
	鳥取温水プール	500 円	250 円	鳥取南 4-4-21	釧路市鳥取温水プール ☎0154-53-5333
	阿寒町 スポーツセンタープール	昼間 370 円 夜間 410 円	昼間 185 円 夜間 205 円	阿寒町中央 1-6-1	阿寒町スポーツセンター ☎0154-66-3653

減免種別	施設名等	通常大人料金	減免後料金	住所	お問い合わせ
※下記参照	釧路市動物園	580 円	※下記参照	阿寒町 下仁々志別 11	釧路市動物園 ☎0154-56-2121

※ 介護保険の要介護認定を受けている方とその介助者(対象者の方 1 名につき原則 1 名)、及び要支援認定を受けている方(対象者本人のみ)は全額免除となります。
いずれも介護保険被保険者証の提示が必要になります。

避難行動要支援者について

◆ 避難行動要支援者名簿の作成

釧路市では、災害対策基本法に基づき、災害時において自力で避難することが困難で、避難に支援が必要となる方の「避難行動要支援者名簿」を作成しています。(入院、施設入所者は除く)

【名簿対象者】

- 1 要介護認定3以上の認定を受けている方
- 2 介護認定調査による障害高齢者の日常生活自立度(寝たきり度)B・C、又は認知症高齢者の日常生活自立度Ⅲ以上に該当する方
- 3 身体障害者手帳を所持する方で視覚障がい又は聴覚障がい1・2級
- 4 身体障害者手帳を所持する方で上肢、下肢、体幹機能、呼吸器機能障がいのうちいずれかが1級
- 5 精神障害者保健福祉手帳1級を所持する方
- 6 療育手帳Aを所持する方
- 7 市の生活支援を受けている難病患者
- 8 1～7に掲げるもののほか、支援を要すると市長が認める方

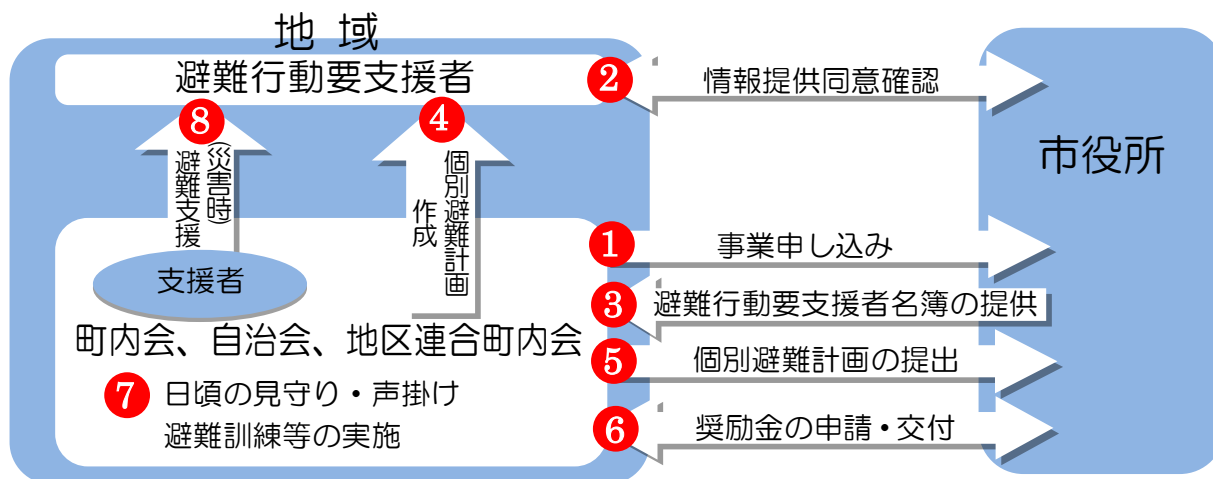
◆ 避難行動要支援者避難支援事業

この事業は、避難行動要支援者に対して、町内会等の地域の方々が連携し、避難支援の取り組みを行う事業です。

事業内容は、避難支援団体となる町内会等が、市で提供する要支援者名簿登載者ごとの個別避難計画を作成することで平常時から災害に備え、地域での見守りや避難訓練などを実施し、市は町内会等による要支援者への支援活動に対し、活動費の支援を行うものです。

釧路市は、この事業により、共助による防災力の向上を図り、市民が住み慣れた地域で安心して生活することができる地域社会づくりをすすめていきます。

※ 平常時における町内会や民生委員等への名簿情報提供には、要支援者本人の同意が必要となることから、同意を得られた方の名簿情報のみ提供されます。



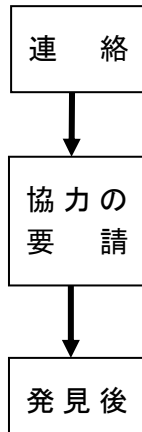
詳しくは社会援護課 福祉政策担当

☎0154-31-4536

SOSネットワーク

SOSネットワークは、釧路警察署、釧路市、各地域包括支援センター、家族の会をはじめとする各種団体が協力し、行方不明高齢者などを速やかに発見・保護し、その後の生活に必要なサービスを提供するネットワークです。

《仕組み》



- 高齢者などがいなくなった時、家族は釧路警察署生活安全課に電話で連絡します。
- 連絡を受けた警察署では、パトロールカーや地域の交番の警察官が本人の行きそうな場所を探索するとともに、市役所に通報します。また、必要に応じて、釧路トラック協会、ハイヤー協会、FMくしろ、漁業協同組合などにも協力を要請します。
- 保護された時点で、警察は搜索の解除をし、その旨を搜索に協力した各機関へ連絡します。
保護された方が元気な場合は家族の元へ戻し、その後の支援を必要に応じて関係機関が協力しサポートします。
衰弱し生命に危険があると判断された場合は、医療機関へ搬送します。

SOSネットワーク事前登録制度

事前登録制度は、認知症などの理由により行方不明になる可能性のある方の名前や特徴、写真などの情報を、ご家族やご本人の同意を得て、あらかじめ登録しておき、早期発見に役立てる制度です。

あらかじめ登録しておくことで、すみやかに搜索が開始され、発見や保護された時の身元の確認が早い、また家族にとって安心につながる、などのメリットがあります。
登録された情報は、行方不明が発生し、搜索が開始されたときに、釧路警察署をはじめ、各搜索協力機関に提供されます。

また、携帯電話を所持したり、GPS端末を利用することで、早期発見につながることもあります。(47 ページ参照)

時間が経つほど行動範囲が広くなり、探しづらくなってしまいます。
高齢者などがいなくなった場合は、すぐに釧路警察署生活安全課へ電話で連絡してください。

釧路警察署生活安全課

☎0154-23-0110 (内線 261・262)

(夜間、土曜、日曜、祝日は110番へ)

- SOSネットワークの問い合わせ先
介護高齢課 高齢福祉係 ☎0154-31-4539
釧路地区障害老人を支える会(たんぽぽの会) ☎0154-42-2688

釧路市から市民の皆様へ

孤立しない、孤立させないために…



高齢者地域安心ネットワーク

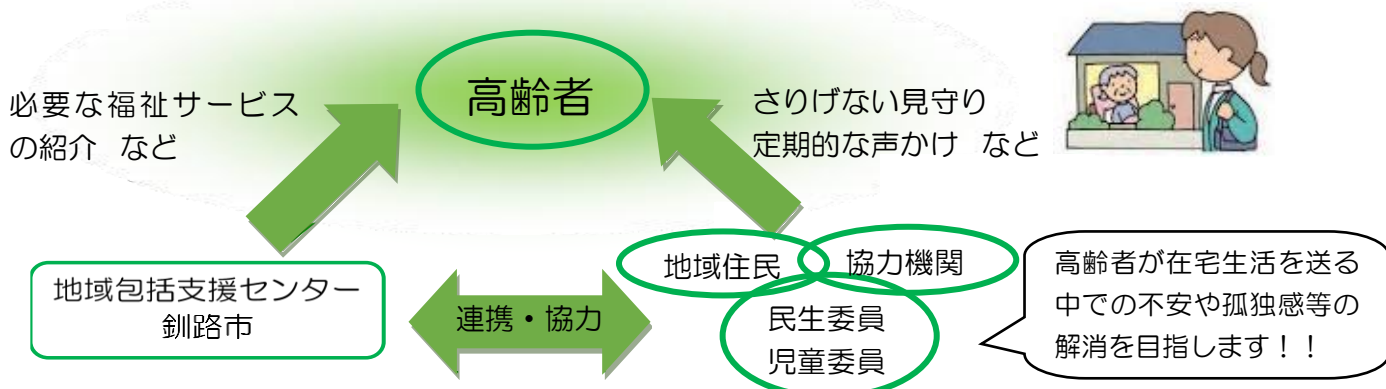
～事業の目的～

1. 誰にも看取られずに亡くなるなどの「孤立死」を予防するため、住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、地域ぐるみでの見守りや支え合いを支援します。
2. 住民相互のあたたかな見守りを行い、地域住民の日常の暮らしにおける不安などの解消を目指します。
3. 釧路市・釧路市地域包括支援センターが実施主体となり、地域住民や協力機関・団体の皆をサポートし、地域での見守り活動の浸透と定着を図ります。

住み慣れた地域で安心して暮らすために…

協力機関とは…

高齢者地域安心ネットワーク事業において、高齢者の見守りや声かけなどに協力していただける地域住民の方や関係機関・団体をいいます。



地域包括支援センターに連絡いただいたからの流れ

- ① 地域包括支援センターの職員が『見守りを希望される方』や『ご近所で心配な方』の状況やご本人の希望を確認し、必要な福祉サービスなどの利用をお手伝いいたします。
- ② 福祉サービス等の利用につながらない場合には、民生委員さんや地域の方（地域住民協力機関）に、見守りをお願いすることがあります。

釧路市認知症初期集中支援チーム

釧路市では、平成29年度より「認知症初期集中支援チーム」を設置しました。

認知症になっても、住み慣れた地域で安心して生活を続けられるよう、早期診断・早期対応と、医療と介護に適切に繋がることを目的とします。



認知症初期集中支援チームとは？

認知症専門医（サポート医）と医療・介護・福祉の専門職がチーム員となり、認知症の「早期発見・早期対応」を目指して活動する認知症専門チームです。

どのような活動をするの？

釧路市内にお住いの認知症の方（疑いのある方に）のご自宅を認知症初期集中支援チームが訪問して、心配なこと、困っていることなどのお話をお伺いし、今後の生活をどのようにしたらよいかなどを、ご本人・ご家族と一緒に考えます。必要に応じて、医療・介護サービスに関する情報提供や助言を行います。

対象となる方は？

40歳以上の釧路市民で、自宅で生活されており、認知症の疑いや症状などでお困りの方。

- （例）・認知症疾患の診断を受けたいが、受診を拒否している。
- ・医療や介護のサービスを利用したいが、結びつかない
- ・認知症による症状が強く、対応に困っている ……等



どこに相談すればよいの？

市内の地域包括支援センターに配置されている認知症地域支援推進員がお話をお伺いしますのでお気軽にご相談ください！



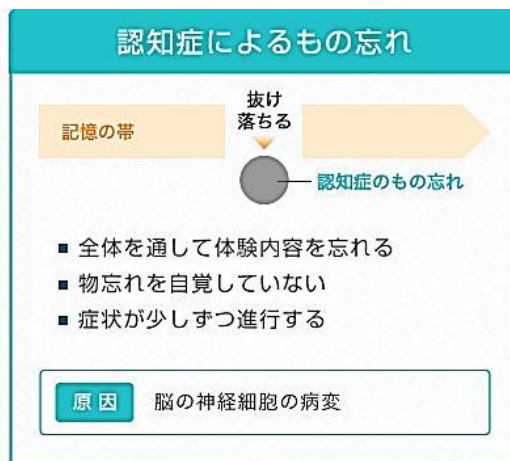
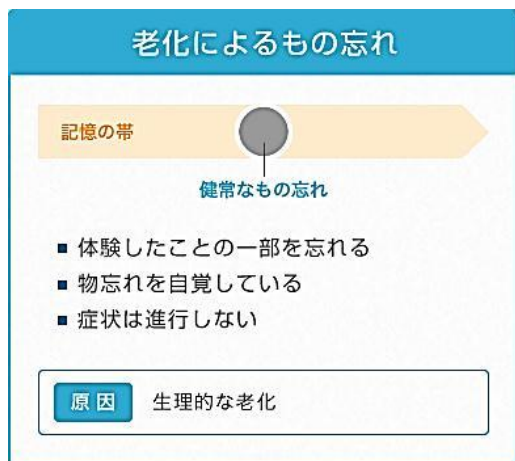
事業全般のお問合せ

釧路市福祉部介護高齢課 高齢福祉係
TEL 23-5185



認知症を正しく知りましょう

「認知症」とは老いともなう病気の一つです。さまざまな原因で脳の細胞の一部が死んでしまったり、働きが悪くなることによって、記憶・判断力の障害などが起こり、意識障害はないものの社会生活や対人関係に支障が出ている状態(およそ6か月以上継続)をいいます。



日常生活に支障はない

日常生活に支障をきたす

認知症の原因は？

認知症にはたくさんの種類があり、その原因もさまざまです。アルツハイマー型認知症と脳血管性認知症が多く、近年、レビー小体型認知症、前頭側頭型認知症などの診断も増えています。

認知症は早期発見・治療が大切！

症状が軽い段階のうちに認知症であることに気づき、適切な治療を受けることで、認知症の進行を遅らせたり、場合によっては症状を改善したりすることもできます。また、脳腫瘍や正常圧水頭症のように、原因疾患を治療することで認知症状が改善する場合があります。早期発見と早期治療によって、高い治療効果が期待できるのです。

認知症が気になったら・・・

認知症は、早期の発見と適切な対応が重要です。出来るだけ早く医療機関へ受診・相談をしましょう。

専門医療機関

- 釧路孝仁会リハビリテーション病院
認知症疾患医療センター

認知症に関する専門相談、検査を行います。
(予約制)

釧路市星が浦大通3丁目9-13
電話：0154-64-6820



※ 「脳神経外科」「精神科」などにおいてCT等の検査により診断・治療を行っている医療機関もあります。

※ 「かかりつけ医」に相談し、専門医療機関と連携をとる方法もあります。

認知症ケアパス

「認知症ケアパス」とは

自分やご家族、近所の方が認知症になった場合に、その進行状況にあわせて、いつ、どこでどのような医療・介護サービスを受けることができるのか、具体的な機関名やケア内容などを、あらかじめ、認知症の人とその家族に提示するものです。

認知症の人やその家族が住み慣れた地域で安心して暮らしていくために「認知症ケアパス」をご活用ください。

当ケアパスは、介護高齢課、各地域包括支援センターなどで認知症の相談の際に使用しています。また、釧路市ホームページよりダウンロードも可能です。

若年性認知症とは？

認知症は高齢者に多い病気ですが、年齢が若くても発症することがあり、65歳未満で発症した場合を「若年性認知症」と言います。働き盛りの世代にも起こる認知症は、ご本人だけでなく、ご家族の生活にも大きく影響します。

穏やかだった夫がまるで別人のような振る舞いをする、母が得意だった料理を失敗する、同僚が約束を守らない・忘れるなど、こんな疑問や不安をお持ちの方はひとりで悩まずご相談ください。

若年性認知症を疑ったら・・・

【専門相談機関】

- 若年性認知症コールセンター
☎0800-100-2707(通話料無料)
月～土曜日(年末年始・祝日を除く) 10:00～15:00
- 北海道認知症コールセンター
☎011-204-6006
月～金曜日(年末年始・祝日を除く) 10:00～15:00
- お近くの地域包括支援センター
(10ページ参照)



日常生活自立支援事業と成年後見制度

◆ 日常生活自立支援事業

日常生活自立支援事業は、高齢や障がい(知的障がい、精神障がい)により日常生活の判断能力に不安があり、在宅で生活している方または在宅で生活する予定の方に、福祉サービスの利用手続きや生活費の管理、年金証書などの大切な書類の預かりなどのお手伝いをする事業です。

《仕組み》 ご相談を受けた釧路市社会福祉協議会「自立生活支援専門員」などの職員が訪問して、ご本人と提供するサービスの内容を話し合い、生活支援計画を立て、契約を結びます。契約後は、生活支援計画に基づいて、登録されている「生活支援員」がサービスを提供します。

- 《利用料》
- 相談や具体的な支援計画の策定にかかる費用・・・無料
 - 生活支援員による援助にかかわる費用
 - ・1回当たり(1時間程度)・・・1,200円
 - ・交通費、貸金庫利用料など・・・実費
 - ※ 生活保護受給者は、公費で補助されるので無料です。

● 問い合わせ先

釧路市社会福祉協議会

☎0154-24-1742

◆ 成年後見制度

① 成年後見制度とは

成年後見制度は、判断能力の不十分な成年者(認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者など)の財産や身体などに対する権利が侵害されないように、成年後見人などが財産の管理や処分などの法律行為や福祉サービスの利用契約などを行い、保護・支援するための制度です。

任意後見制度	<p>本人が十分な判断能力があるうちに、将来、判断能力が不十分な状態になった場合に備えて、あらかじめ自分が選んだ後見人(任意後見人)との間で、公証人が作成する公正証書によって任意後見契約を結んでおく制度です。</p> <p>本人の判断能力が不十分になり、家庭裁判所が任意後見監督人を選任したときから、契約の効力が生じることになりますので、家庭裁判所にその選任の申立てを行う必要があります。</p>
法定後見制度	<p>日常生活や財産の管理などについての判断能力が不十分な状態になってしまった場合に、本人や家族など(※)が家庭裁判所に法定後見の開始を申立て、家庭裁判所が後見人などを選任する制度です。</p> <p>後見、保佐、補助の3つの類型があり、判断能力の程度などに応じた制度を利用できます。選任された後見人などは、財産の管理や保護、福祉サービスの利用契約などの支援を行います。</p> <p>法定後見の開始の申立ては、原則として本人の居住地の家庭裁判所に行うことになります。</p>

※ 身寄りがいないなどの理由で申立てを行う人がいない方については、市町村長が申立てを行うことができることになっています。

② 相談窓口

● 釧路市権利擁護成年後見センター

成年後見制度の身近な相談窓口として、制度の説明や申立手続きの支援、後見活動の相談に応じます。相談は無料です。

月～金曜日 9時～17時（土・日・祝日及び年末年始はお休み）

釧路市旭町 12 番 3 号 釧路市総合福祉センター3 階(釧路市社会福祉協議会内)

☎0154-24-1201 FAX 0154-24-3762

● その他の相談窓口

- ・ 各地域包括支援センター(10 ページをご覧ください)
- ・ 釧路市福祉部
 - 介護高齢課 ☎0154-31-4539
 - 障がい福祉課 ☎0154-31-4537
 - 社会援護課 ☎0154-31-4536
- ・ 釧路家庭裁判所(釧路市柏木町4番7号)
 - ☎0154-99-1209
- ・ 釧路公証人合同役場(釧路市錦町5丁目3番地 三ツ輪ビル)
 - ☎0154-25-1365
- ・ 公益社団法人成年後見センター・リーガルサポート釧路支部
(釧路市宮本 1 丁目 2 番 4 号 釧路司法書士会事務局内)
 - ☎0154-41-8332
- ・ 北海道社会福祉士会 権利擁護センター「ばあとなあ北海道」
 - ☎011-213-1313
- ・ 北海道成年後見支援センター 道東支部 ☎0154-65-1763

③ 成年後見制度利用支援事業

成年後見制度利用支援事業は、後見人などへの報酬の支払いが困難な方に対して助成する制度です。助成額は、家庭裁判所が後見人などに付与した報酬及び被後見人の財産により算出します。

- 対象者
 - ① 生活保護受給者
 - ② 中国残留邦人等
 - ③ 市民税非課税者
- 問い合わせ先 釧路市福祉部社会援護課 ☎0154-31-4536

消費者被害に遭わないために

◆ 被害に遭いやすい商法

《点検商法》

点検に来たと言って、販売目的を隠して訪問し、「消火器の設置が義務付けられた。」「布団にダニなどがいる。」などと虚偽を言ったり、不安をあおって必要のない商品の販売や工事の契約をさせる。

【浄水器・消火器・布団・床下工事など】

《SF(催眠)商法》

「新店舗オープン」などと称し空き店舗などを利用して、会場に人を集める。閉め切った会場で、無料や安価で商品を配り、得した気分させておいて、最終的には高額な商品売りつける。

【布団・電気治療器・健康食品など】

《架空請求》

スマホに契約している電話会社名で「料金未払い」などメッセージが届く。実際には利用していないサービスを提供したとして代金を請求し、お金をだまし取る手口。

【メール・SMS・ハガキなど】

◆ 悪質業者撃退法

《電話勧誘編》	《訪問販売編》
<ul style="list-style-type: none">◎ 勧誘の電話とわかったら「必要ありません」とはっきり断り、さっさと電話を切る！◎ 「話だけでも」は相手にしない！◎ 「儲かります」甘い話にのらないで！◎ 聞かれても、自分や家族のことは話さない。	<ul style="list-style-type: none">◎ 玄関のカギは家にも常にかけておく。◎ 「無料」「タダ」にはご用心！◎ 知らない人や、わからない用件の場合は絶対にドアを開けない！◎ 「どなた？」「何の用？」しっかり聞こう身分と用件！しつこい時は「帰ってください！」

◆ 振り込め詐欺

息子や孫を装って現金をだましとる「オレオレ詐欺」、税務署や市役所などを名乗り、税金や医療費などを返還すると言ってATMに誘導する「還付金詐欺」、融資する旨の文書などを送付し、融資を申し込んできた者に対して、保証金などを名目に現金を預金口座などに振り込ませる「融資保証金詐欺」、郵便やメールで不特定多数の者に対し、架空の事実を口実とした料金を請求する文書などを送付して現金を振り込ませる「架空請求詐欺」など、様々な手口があります。

※ このようなときには、慌てないで、まずは事実を確認しましょう。身に覚えのない請求に応じてはいけません。こちらから連絡を取ることも、しないようにしましょう。困ったときは消費生活相談室へ電話してください。

◆ 契約した後もあきらめないで！

訪問販売、訪問購入(訪問買取)、電話勧誘販売など「特定商取引法」の対象となるものは、一定の期間内(契約日より8日以内。ただし、マルチ商法・内職商法は20日以内。)であれば無条件で解約できます。(クーリング・オフといいます。)

● 消費生活に関する相談・問い合わせ先

釧路市消費生活相談室(釧路市黒金町7丁目5番地 釧路市役所本庁舎2階)

☎0154-24-3000

受付時間 月曜日～金曜日(祝日除く)10:00～15:30

障がいのある方に関する支援など

1) 障害福祉サービスとは

「障害者の日常生活及び社会生活を総合的に支援するための法律」に基づき、障がいのある方に対し、地域社会における共生の実現に向けて提供される支援です。ヘルパーの利用や就労に関する支援、施設入所などの支援を行うことができます。

2) 障害福祉サービスの対象者

- ① 身体障害者手帳を所持している方
身体障害者手帳は、身体の機能に一定以上の障がいがあると認められた方に交付される手帳です。
- ② 療育手帳を所持している方
療育手帳は、知的障がいがあると判定された方に交付される手帳です。
- ③ 精神障がいと認められる方
精神障害者保健福祉手帳を所持している方や精神障がいを事由とする年金を受けている方、自立支援医療(精神通院医療)受給者などです。
- ④ 難病患者など
治療方法が確立していない疾病その他の特殊の疾病であって、政令で定めるものによる障がいの程度が厚生労働大臣が定める程度である方です。

3) 介護保険サービスと障害福祉サービス等の適用関係

(1) 介護保険サービスの優先

障害福祉サービスの対象者が、要介護認定等を受け、介護保険法の規定による保険給付等を受けられる場合は、サービス内容や機能から、障害福祉サービスに相当する介護保険サービスについては、介護保険サービスに係る保険給付等を優先して受けることとなります。

(2) 障害福祉サービス固有のサービス

介護保険サービスに相当するものがない、障害福祉サービス固有のものについては、障害福祉サービスを利用できます。

<介護保険サービスにはない障害福祉サービス>

サービス名称	内容
同行援護	外出時に同行しての移動支援や外出先での代筆・代読(視覚障がい者のみ)
行動援護	危険を避けるために必要な行動の手助けや外出時の移動支援
自立訓練	身体機能や生活能力の向上のための訓練
就労移行支援	一般企業で働くことを目指した就労訓練、その他必要な支援
就労継続支援A型	知識や能力の向上のための訓練、その他必要な支援(雇用契約あり)
就労継続支援B型	知識や能力の向上のための訓練、その他必要な支援(雇用契約なし)
就労定着支援	一般企業で働く障がいを持つ方に対する相談対応など
就労選択支援	本人の希望や適性に基づき、就労等への選択の機会を提供
自立生活援助	施設を利用していた障がいを持つ方が一人暮らしを始めた際の相談対応など

※ 就労移行支援、就労継続支援A型、就労定着支援は65歳未満の方が利用できる障害福祉サービスとなります。

※ 一部の障害福祉サービスの利用には、「障害支援区分」の認定が必要となります。

(3) 障害福祉サービスを利用できる場合

サービスの利用について、介護保険法の規定による保険給付等が受けられない以下の場合には、障がいのある方は障害福祉サービスを利用することが可能です。

ア 介護保険サービスのみではサービス量を確保できない場合

在宅の障がい者で、市が適当と認める障害福祉サービスの支給量が、介護保険サービスに係る保険給付等の居宅介護サービス費等区分支給限度基準額の制約から、介護保険のケアプラン上において介護保険サービスのみによって確保することができないものと認められる場合。

イ 介護保険サービスに係る地域資源がない場合

利用可能な介護保険サービスに係る事業所又は施設が身近にない場合や、事業所等の利用定員に空きがないなど、障がいのある方が介護保険サービスを利用することが困難と市町村が認める場合(当該事情が解消するまでの間に限る。)

ウ 要介護認定等が非該当であった場合

介護保険サービスによる支援が可能な障がいのある方が、介護保険法に基づく要介護認定等を受けた結果、非該当と判定された場合など、当該介護保険サービスを利用できない場合であって、支援が必要と市町村が認める場合(介護給付費に係るサービスについては、必要な障害支援区分が認定された場合に限る。)

(4) 福祉用具について

福祉用具についても、障害福祉サービス同様、原則として介護保険サービスの利用が優先されます。

ただし、要介護認定等が非該当となった方が、障害福祉サービスの対象者であり、障がいを事由とした福祉用具の利用が必要になった場合は、障害福祉サービスにて給付することができます。

また、介護保険サービスにおいて貸与に該当する福祉用具のうち、車いす、電動車いすについては、医師及び北海道立心身障害者総合相談所により、障がいのある方の身体状況に応じた個別対応(オーダーメイド)が必要と判断された際には、障害福祉サービスにて給付できる場合があります。

4) みんなでつくる釧路市バリアフリーマップ

※マップはこちら▶



釧路市では、皆さんから情報をいただき、商業施設や公共施設等のバリアフリー情報を地図上で閲覧できるバリアフリーマップを公開しています。

地図上のアイコンをクリックすると、各施設の多目的トイレや障がい者駐車区画の設置、Wi-Fi の情報を確認することができます。

● 障がい者へのサービスに関する問い合わせ先

障がい福祉課	障がい福祉係	☎0154-31-4537
阿寒町行政センター	保健福祉課	☎0154-66-2120
音別町行政センター	保健福祉課	☎01547-9-5151

高齢者虐待を未然に防ぎましょう

近年、高齢者に対する虐待が増加していることから、「高齢者虐待防止法(高齢者虐待防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律)」が施行されています。

この法律には、虐待に気づいた人は通報の義務があることが定められており、虐待を見つけた場合は、速やかに通報することが事態を深刻化するのを防ぐことになります。高齢者虐待は、決して特別な人や環境によってのみ起こるものではありません。介護の大変さや認知症に対する社会の理解を深め、住民の一人ひとりが身近な問題として関心を持ち、地域のネットワークや福祉・保健サービスなどを利用して、高齢者と介護者を支えることが虐待の防止や早期発見につながります。高齢者虐待は身近に起こりうる問題です。高齢者や家族のちょっとした変化やサインに気づき、みんなで声をかけあい、支え合うことが虐待の防止につながります。

高齢者虐待とは・・・

虐待は、たいたり食事を与えないなど目に見えるものだけではありません。

高齢者に対し、心や身体に深い傷を負わせたり、基本的な人権の侵害や尊厳を奪うことをいいます。主に介護者など的高齢者の身近な人が虐待を起こしやすい傾向があります。

また、介護者やご家族が無意識のうちに行っている場合もあります。

高齢者虐待の防止や保護を目的に施行されている高齢者虐待防止法では、具体的に次のようなものを高齢者虐待としてとらえています。

身体的虐待

叩く、蹴る、つねる、やけどを負わせるなどの暴力行為や、ベッドにしばりつけたり、部屋に閉じ込めたりする拘束行為など

介護・世話の放棄・放任

食事を与えない、入浴をさせない、オムツを交換しない、受診させない、劣悪な住環境で生活させるなど、介護をせず、放ったらかしにすること

心理的虐待

怒鳴りつける、ののしる、悪口をいう、意図的に無視する、子ども扱いをするなどの心理的苦痛を与えること

性的虐待

合意がないのに性的接触や性的いやがらせをする、排泄の失敗に対する罰として裸にして放置するなど



経済的虐待

日常生活に必要な金銭を渡さない(使わせない)、本人の不動産や年金、預金を取り上げて勝手に使うこと

◆虐待を発見した場合は、通報義務があります

高齢者虐待は当事者に自覚がなかったり、虐待を受けている高齢者が家族などに遠慮したりすることなどから、周囲には見えにくいものです。身近で虐待(疑わしい?)と感じたり、気づいたときには、介護高齢課又は各地域の地域包括支援センターまで速やかにご連絡ください。

虐待を受けている本人が通報することもできます。なお、通報者などを特定する情報を漏らすことはありません。

◆地域で高齢者と介護者を支えましょう

身近な人や、地域の人のおこな変化に気づいてください。

あなたのちょっとした気づきが高齢者と介護者を救うきっかけになります。

- 高齢者、介護者へのあいさつ、声かけをしましょう
- 家族介護者の心労を理解し、日頃の悩みを聞きましょう
- 介護している家族へねぎらいの言葉をかけましょう
- 行事や集まりなどへ気軽に誘いましょう
- 虐待を疑うおこな気づきでも関係窓口に相談しましょう
(相談窓口は 67 ページをご覧ください)

◆虐待のサイン

本人からみられるサイン

- 身体にキズやあざなどが頻繁にみられる
- 急におびえたり、恐ろしかったりする
- 食欲の変化が激しく、摂食障害がみられる
- 無力感、あきらめ、投げやりな様子になる
- 自由に使えるお金がないと訴える
- 預貯金などが勝手に使われると訴える
- 住環境が極めて不衛生になっている
- 衣服などが汚れたままの場合が多くなる



家族・介護者からみられるサイン

- 高齢者に対する冷たい態度や無関心さがみられる
- 介護方法や接し方について、他人の助言を聞き入れない
- 医師や介護サービスの担当者に会いたがらない
- 長年にわたる介護に疲れが感じられる
- 追い詰められている様子がみられる

地域での虐待の兆候やサインをつかみましよう

- 怒鳴り声、悲鳴、物が投げられる音がする
- 天気が悪くても、外にいる姿がしばしばみられる
- 最近、姿を見かけない
- 近所付き合いをしたたがらない、訪問しても嫌がる、拒否する
- 電気メーターが止まっている、水道・ガスなどが止められている
- 家族と同居しているのにコンビニなどで頻繁に弁当を買っている
- 住居や庭の手入れがされていない
- 郵便受けが、新聞や郵便物で一杯になっている



◆ 高齢者虐待の背景には . . .

虐待が起きる背景はさまざまで、いくつかの要因が複雑にからみ合っていることがあります。

介護疲れ

介護負担が重くなると介護疲れでストレスが増大し、虐待の要因となることがあります。

また、介護に対する理解や技術がないため、十分な介護ができないことも要因に。

認知症への不十分な理解

介護者が認知症を理解していない、認知症を受け入れられないことから、高齢者の混乱した行動や言葉に対して叱責する。

高齢者と介護者の人間関係

両者の性格やもとの人間関係の悪さ。

介護者の心身状態

介護者が体調不良である、アルコールへの依存など精神的に不安定な状態。

経済的な問題

経済状態が苦しい、または高齢者の年金に依存した生活状態が続いている。

「これって虐待かな . . . ?」と感じたら…

この頃ケガやアザが多いね…

家にいたくないようだね…

最近あまり姿を見かけないね？

あまり食べさせてもらっていないらしいよ

何かいつもおびえているようだね…



皆さんのまわりで「虐待かな？」と思うことや、お困りのことはありませんか？
どんな小さなことでも一人で悩まず、下記の相談窓口へご相談ください。

【高齢者虐待に関する相談・連絡窓口】

- ◎ 釧路市介護高齢課高齢福祉係 0154-23-5185
- ◎ 釧路市阿寒地域包括支援センター 0154-66-1234
- ◎ 釧路市音別地域包括支援センター 01547-9-5252
- ◎ 釧路市西部地域包括支援センター 0154-55-2666
- ◎ 釧路市中部北地域包括支援センター 0154-36-1233
- ◎ 釧路市中部南地域包括支援センター 0154-24-1102
- ◎ 釧路市東部北地域包括支援センター 0154-42-0600
- ◎ 釧路市東部南地域包括支援センター 0154-42-8222

高齢者と医療費

区分		後期高齢者医療制度による給付	重度心身障がい者医療助成 (所得制限あり)
対象となる世帯	共通する要件	<ul style="list-style-type: none"> ■ 釧路市に住民登録をしている方 ■ 生活保護を受けていない方 	
	制度ごとの対象要件	<ul style="list-style-type: none"> ■ 75 歳以上の方 ■ 65～74 歳で一定の障がいのある方 <ul style="list-style-type: none"> ・ 身体障害者手帳 1～3 級か 4 級の一部の交付を受けた方または障害年金 1・2 級に該当する方 ・ A 判定の療育手帳をお持ちの方 ・ 精神障害者保健福祉手帳 1・2 級の交付を受けた方 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 健康保険に加入している方 (65 歳以上の方は後期高齢者医療保険に加入している方) ■ 身体障害者手帳の 1・2 級及び 3 級の一部(心臓、腎臓、呼吸器、膀胱、直腸、小腸、ヒト免疫不全ウイルスによる免疫、肝臓の機能障がい)の交付を受けた方 ■ 重度の知的障がいのある方 ■ A 判定の療育手帳をお持ちの方 ■ 精神障害者保健福祉手帳 1 級の交付を受けた方
助成内容等		<ul style="list-style-type: none"> ■ 保険診療の総医療費から一部負担(1 割～3 割)を控除した分を給付します。 	<ul style="list-style-type: none"> ■ 住民税非課税世帯の方は、自己負担額を助成します。 ■ 住民税課税世帯の方は、自己負担分から総医療費の 1 割相当額を除いた分を助成します。(ただし、自己負担額は、入院と外来がある場合は 57,600 円、外来のみの場合は 18,000 円が月額上限) <p>※精神障害者保健福祉手帳 1 級の交付を受けた方は、入院医療は助成対象となりません。</p>
手続きに必要なもの		<ul style="list-style-type: none"> ■ 75 歳になる方は手続きの必要はありません。 ■ 65～74 歳の方 <ol style="list-style-type: none"> (1) 健康保険の加入を証する書類等 (2) 障がいの程度を証明するもの(身体障害者手帳・療育手帳・障害年金証書・精神障害者保健福祉手帳など) (3) 特定疾病療養受療証(お持ちの方) 	<ol style="list-style-type: none"> (1) 健康保険の加入を証する書類等 (2) 障がいの程度を証明するもの(身体障害者手帳・療育手帳・精神障害者保健福祉手帳など) (3) 特定疾病療養受療証(お持ちの方)

※ 転入された方について、前住所地からの住民税所得(課税)証明書、住民税特別徴収税額の決定通知書、住民税納税通知書のいずれか 1 点が必要となる場合があります。

該当される方は、事前に下記までお問い合わせください。

● お問い合わせ先 医療年金課 医療給付係 ☎0154-31-4526

◆ 医療費が高額になったら(高額療養費)

1ヶ月の医療費の自己負担額が、自己負担限度額を超えた場合は、申請によって超えた額が高額療養費として支給されます。申請手続きは、加入している医療保険(被用者保険、国民健康保険、後期高齢者医療制度)の担当で行います。

国民健康保険の被保険者の方：国民健康保険課 保険係 ☎0154-31-4527

後期高齢者医療制度の被保険者の方：医療年金課 医療給付係 ☎0154-31-4526

◆ 医療と介護の両方を合わせた負担額が高額になったら

医療費の自己負担額と介護保険サービス、介護予防・生活支援サービス事業(住民等主体の通所サービス、短期集中予防サービスを除く)の利用料の自己負担額には、それぞれ1ヶ月の限度額が設けられています。更に、それらを合算して下表の限度額を超えたときは、申請することで超えた額が支給されます。世帯の中に同じ健康保険をお使いの方がいる場合、その方の自己負担額も合算します。

所得区分		限度額
課税所得 690 万円以上		212 万円
課税所得 380 万円以上 690 万円未満		141 万円
課税所得 145 万円以上 380 万円未満		67 万円
一般 II		56 万円
一般 I		
住民税非課税世帯	区分 II	31 万円
	区分 I	19 万円

※ 支給額は、毎年8月1日から翌年7月31日までの1年分の負担額により計算され、所得区分は7月31日時点の所得区分が適用されます。

- ◎ 一般 II～住民税の課税所得が28万円以上ある医療保険加入者がいる場合に「年金収入＋年金以外の合計所得金額」が、被保険者が1人の世帯→200万円以上、被保者が2人以上の世帯→320万円以上の方
- ◎ 一般 I～上記以外の方
- ◎ 区分 II～世帯全員が住民税非課税で「区分 I」に該当しない方
- ◎ 区分 I～世帯全員が住民税非課税で世帯全員が所得0円の方(公的年金収入のみの場合、受給額80万6,700円以下の方)または、老齢福祉年金受給の方

※ 世帯内に介護サービスの利用者が複数いる場合は、介護分の限度額が31万円となります。

後期高齢者医療制度に加入されている方は、支給の対象になる方に個別に通知されます(対象期間終了の翌年3月下旬)。

後期高齢者医療制度以外の医療保険に加入している方は21ページをご覧ください。

● 問い合わせ先

後期高齢者医療制度に関すること

医療年金課 医療給付係 ☎0154-31-4526

税金の控除について

◆ 医療費控除

ご本人やご本人と生計を一にする配偶者その他親族のため、その年中に医療費を支払った場合、支払った医療費の合計額が10万円又は総所得金額等の5%のいずれか少ない方の金額を超えた場合、その超えた金額を医療費控除として所得金額から差し引くことができます。

※ 生命保険や各種健康保険から支給される保険金(補てん金)は支払った医療費から差し引き
ます。

※ 予防接種料、文書料などは一部の場合を除き医療費控除の対象外となりますのでご注意ください。

《医療費控除の対象となる介護保険サービス》

控除の対象となる医療費については、サービス事業者などが発行する領収書に記載されること
となっています。

控除の対象となるサービスの詳細については以下のとおりです。

	施設名	医療費控除の対象となるもの	医療費控除の対象外となるもの
施設サービス	指定介護老人福祉施設 (特別養護老人ホーム) 指定地域密着型介護老人 福祉施設	施設サービスの対価 (介護費、食費及び居住費)として支払った 額の2分の1に相当する金額	① 日常生活費(注) ② 特別なサービス費
	介護老人保健施設	施設サービスの対価 (介護費、食費及び居住費)として支払った 額	
	指定介護療養型医療施設 (療養型病床群等)		
	介護医療院		

(注)「日常生活費」…理美容代やその他施設サービスなどにおいて提供される便宜のうち、日常生活
においても通常必要となるものの費用で、その入所者に負担させることが適当
と認められるもの

	控除対象の内容	居宅サービスの種類
居宅サービス	医療費控除の対象と なる居宅サービス①	訪問看護、介護予防訪問看護
		訪問リハビリテーション 介護予防訪問リハビリテーション
		居宅療養管理指導、介護予防居宅療養管理指導
		通所リハビリテーション 介護予防通所リハビリテーション
		短期入所療養介護、介護予防短期入所療養介護
		定期巡回・随時対応型訪問介護看護 (一体型事業所で訪問看護を利用する場合に限る)

居宅サービス		看護・小規模多機能型居宅介護 (前ページ①の居宅サービスを含む組み合わせにより提供されるもの(生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)に限る)
	前ページ①の居宅サービスと併せて利用する場合のみ医療費控除の対象となる居宅サービス②	訪問介護(生活援助中心型を除く)、夜間対応型訪問介護
		訪問入浴介護、介護予防訪問入浴介護
		通所介護、地域密着型通所介護、認知症対応型通所介護、小規模多機能型居宅介護、介護予防認知症対応型通所介護、介護予防小規模多機能型居宅介護
		短期入所生活介護、介護予防短期入所生活介護
		定期巡回・随時対応型訪問介護看護(一体型事業所で訪問看護を利用しない場合及び連携型事業所に限る)
		看護・小規模多機能型居宅介護 (前ページ①の居宅サービスを含まない組み合わせにより提供されるもの(生活援助中心型の訪問介護の部分を除く)に限る)
		地域支援事業の訪問型サービス(生活援助中心のサービスを除く) 地域支援事業の通所型サービス(生活援助中心のサービスを除く)

《医療費控除の対象外となる介護保険サービス》

	控除対象の内容	居宅サービスの種類
居宅サービス	医療費控除の <u>対象外</u> となる居宅サービス③	訪問介護(生活援助中心型)
		認知症対応型共同生活介護(認知症高齢者グループホーム)
		介護予防認知症対応型共同生活介護
		特定施設入居者生活介護(有料老人ホーム等)
		地域密着型特定施設入居者生活介護
		介護予防地域密着型特定施設入居者生活介護
		福祉用具貸与、介護予防福祉用具貸与
		看護・小規模多機能型居宅介護(生活援助中心型の訪問介護の部分) 地域支援事業の訪問型サービス(生活援助中心のサービス) 地域支援事業の通所型サービス(生活援助中心のサービス) 地域支援事業の生活支援サービス

- ※ サービスの自己負担分が対象となりますが、高額介護サービス費として払戻しを受けた場合は、支払った金額から高額介護サービス費を差し引いた残りの額が対象となります。
- ※ 交通費のうち、通所リハビリテーションや、短期入所療養介護を受けるため、介護老人保健施設や介護療養型医療施設へ通う際に支払う費用で、通常必要なものは医療費控除の対象となります。
- ※ 上記②の居宅サービス(前ページ①の居宅サービスと併せて利用しない場合に限りです。)
または、上記③の居宅サービスにおいて行われる介護福祉士などによる喀痰吸引などの対価(居宅サービスの対価として支払った額の10分の1に相当する金額)は、医療費控除の対象となります。

● 医療費控除に関する問い合わせ先

釧路税務署
市民税課 市民税係

☎0154-31-5100
☎0154-31-4514

◆ 医療費控除の対象となるおむつ代

おむね6ヶ月以上寝たきりかつ医師の治療を受けている場合で、おむつを使う必要があると認められるときや、尿失禁の対応としてカテーテルを使用しているときには、おむつ代が医療費控除の対象となります。

おむつ代の医療費控除を受けるためには、確定申告の際に「確認書」が必要ですが、発行できるのは、次の項目すべてに該当する方です。

- ① 介護保険の要介護認定を受けていること。
(1年目は有効期間が6ヶ月以上、2年目は有効期間が13ヶ月以上)
 - ② 主治医意見書で寝たきり状態が確認できること、及び尿失禁への対応としてのカテーテルの使用又は尿失禁の発生もしくは尿失禁の可能性があることが確認できること。
- ※ なお、令和5年分以前の1年目の証明は、今までどおり医師が発行する「おむつ使用証明書」となります。

- 確認書に関する問い合わせ先
介護高齢課 介護認定係 ☎0154-31-4597

◆ 障害者控除

- 1) 納税者本人が障がい者の場合又は扶養親族(配偶者・16歳未満の年少扶養親族を含む)に障がい者がいる場合、申告をすることにより、所得から次の額が控除され、住民税(所得税)が軽減されます。※該当の有無については市民税課市民税係までお問い合わせください。

区分	障害者控除の内容		対象	申告受付窓口
所得税	障害者控除	所得税 27万円	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳(3級～6級) ・精神障害者保健福祉手帳(2級～3級) ・知的障害者(療育B) 	所得税については 釧路税務署 ☎0154-31-5100
		住民税 26万円		
住民税	特別障害者控除	所得税 40万円 (同居の場合75万円)	<ul style="list-style-type: none"> ・身体障害者手帳(1級～2級) ・精神障害者保健福祉手帳(1級) ・知的障害者(療育A) 	住民税については 釧路市役所 市民税課 市民税係 ☎0154-31-4514
		住民税 30万円 (同居の場合53万円)		

- 2) 65歳以上の要介護認定(要支援は除く)を受けている方で、障害者又は特別障害者控除対象者に準ずると市が審査・認定した方には、所得税や住民税の控除を受けることができる「障害者控除対象者認定書」を交付します。

※ 障害者控除の対象となる各種障害者手帳の交付を受けている方で、要介護区分により、特別障害者控除対象者に認定される場合がありますので、介護高齢課までお問い合わせください。

※ 要介護認定を受けている方の心身の状態により、各種障害者手帳の交付を受けられる場合があります。

障害者手帳の交付につきましては、障がい福祉課までお問い合わせください。

- 認定書に関する問い合わせ先
障がい福祉課 障がい福祉係 ☎0154-31-4537
介護高齢課 介護認定係 ☎0154-31-4597

◆ その他の控除

医療費控除や障害者控除のほかに、その年中に支払った介護保険料、国民健康保険料、国民年金保険料、生命保険料などが税の控除対象となります。

- 税控除に関する問い合わせ先
釧路税務署 ☎0154-31-5100
市民税課 市民税係 ☎0154-31-4514

郵便などによる不在者投票の対象者

郵便などによる不在者投票は、身体障害者手帳か戦傷病者手帳をお持ちの選挙人で、次の様な障がいのある方(○印の該当者)、または介護保険の被保険者証の要介護状態区分が「要介護 5」の方に認められています。

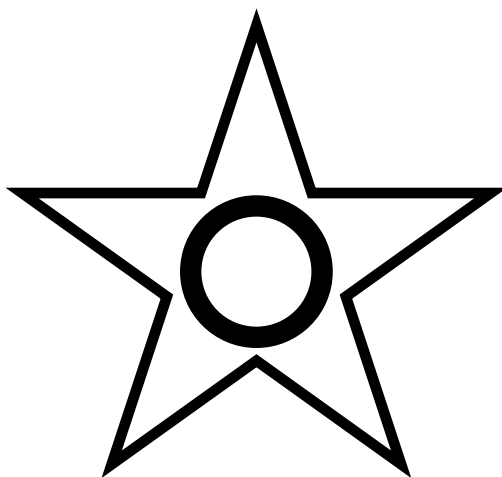
	障がい名	障がいの程度			備考
		1級	2級	3級	
身体障害者手帳	両下肢、体幹、移動機能の障がい	○	○	△	手帳の記載では該当するかどうか分からないときは、釧路市の選挙管理委員会にお問い合わせください。
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸の障がい	○	—	○	
	免疫、肝臓の障がい	○	○	○	

	障がい名	障がいの程度				備考	介護保険の被保険者証 要介護状態区分
		特別項症	第1項症	第2項症	第3項症		
戦傷病者手帳	両下肢、体幹の障がい	○	○	○	△	手帳の記載では該当するかどうか分からないときは、釧路市の選挙管理委員会にお問い合わせください。	要介護5
	心臓、じん臓、呼吸器、ぼうこう、直腸、小腸、肝臓の障がい	○	○	○	○		

◆ 郵便などによる不在者投票の手続き

郵便などによる不在者投票の際には「郵便等投票証明書」が必要となりますので、忘れずに申請するようにしましょう。
 詳しくは釧路市選挙管理委員会 ☎0154-23-5151 内線 5321 まで





「みんな安心」介護保険・高齢者福祉ガイド

令和8年4月

発行

釧路市

〒085-8505

釧路市黒金町7丁目5番地

☎(0154)23-5151(代表)

企画・編集

釧路市 福祉部 介護高齢課・社会援護課・障がい福祉課